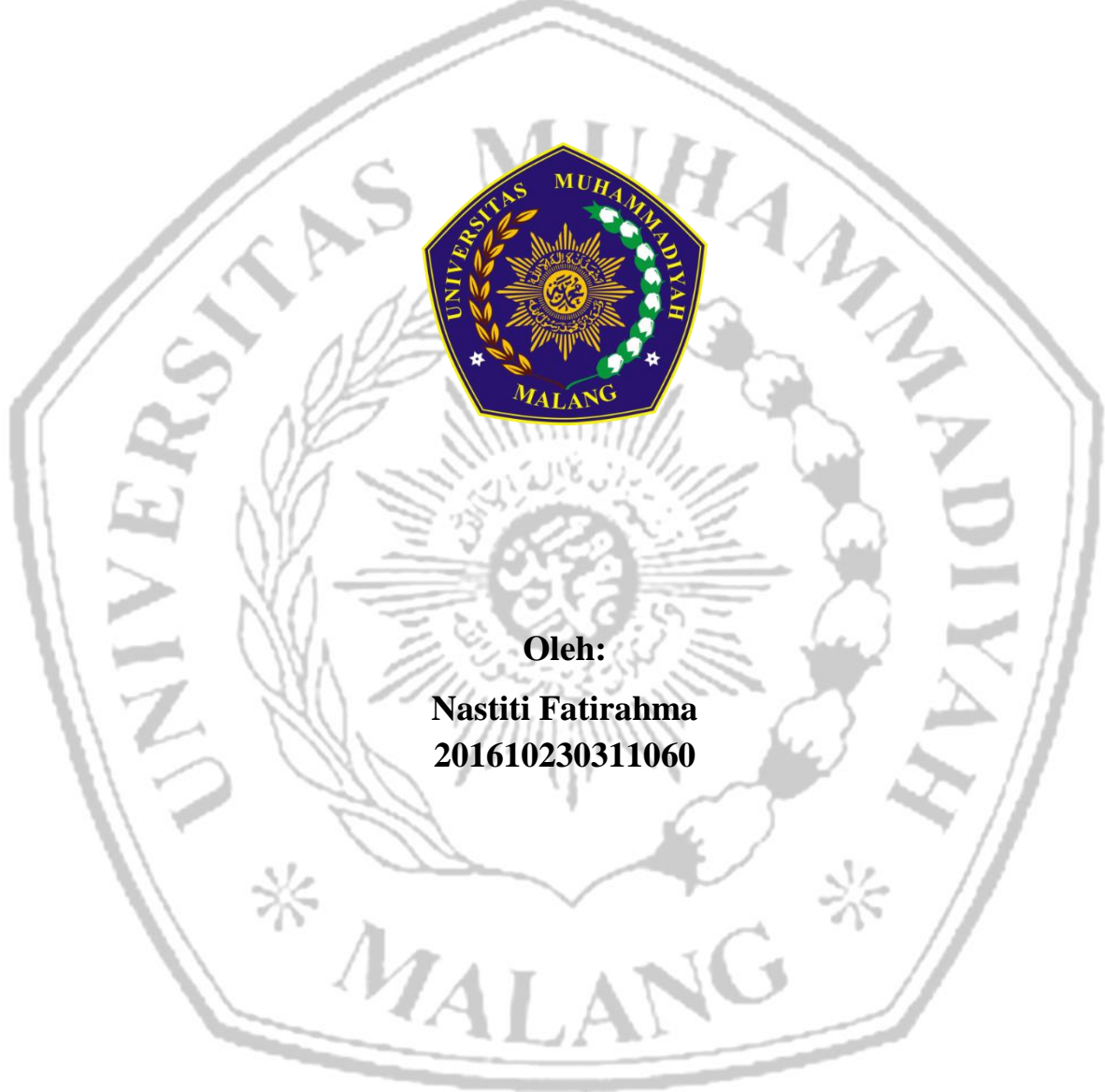


**PELATIHAN *ADVERSITY QUOTIENT* UNTUK MENINGKATKAN
MOTIVASI BELAJAR PADA SISWA KELAS 7 DI SMP X MALANG**

SKRIPSI



Oleh:

Nastiti Fatirahma

201610230311060

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
2020**

**PELATIHAN *ADVERSITY QUOTIENT* UNTUK MENINGKATKAN
MOTIVASI BELAJAR PADA SISWA KELAS 7 DI SMP X MALANG**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Muhammadiyah Malang sebagai
Salah satu persyaratan untuk memperoleh Gelar Sarjana Psikologi



Nastiti Fatirahma
NIM : 201610230311060

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
2020**

SKRIPSI

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nastiti Fatirahma

Nim : 201610230311060

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal, 11 April 2020

dan dinyatakan memenuhi syarat sebagai kelengkapan

memperoleh gelar Sarjana (S1) Psikologi
Universitas Muhammadiyah Malang

SUSUNAN DEWAN PENGUJI :

Ketua/Pembimbing I,

Sekretaris/Pembimbing II,

Dr. Rr. Siti Suminarti Fasikhah, M.Si.,

Sofa Amalia, M.Si.

Anggota I

Anggota II

Diana Savitri Hidayati, S. Psi, M. Psi

M. Fath Mashuri, S.Psi., MA

Mengesahkan

D e k a n,

Muhamad Salis Yuniardi, M.Si., Ph.D



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

FAKULTAS PSIKOLOGI

Jl. Raya Tlogomas No.264 Telp.(0341) 464318 – 319 Ext. 253, 233, 168 Fax (0341) 460782 Malang 65144 Indonesia
Email : psikologi@umm.ac.id Website : psikologi.umm.ac.id

SURAT KETERANGAN

TANDA MENGIKUTI UJIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini menerangkan bahwa:

Nama : *Nastiti Fatrohma*
NIM : *201610230311060*
Program Studi : *Psikologi*
No. Telp : *081336 333313*
Judul skripsi : *Pengaruh Adversity Quotient Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar pada Siswa kelas 7 di SMP x Malang*

Skripsi tersebut telah diperiksa dan diujikan pada tanggal *!!*...serta telah diperbaiki sebagaimana mestinya.

Demikian surat keterangan ini dibuat.

Malang, 2020

Ketua Prodi,



Susanti Prasetyaningrum, M.Psi

KATA PENGANTAR

Segala Puji dan Syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah senantiasa melimpahkan Rahmat dan Hidayah-Nya. Shalawat serta salam yang selalu tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir yang berjudul “Pelatihan *Adversity Quotient* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Siswa Kelas 7 Di SMP X Malang” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana Psikologi di Universitas Muhammadiyah Malang. Selama proses penyusunan tugas akhir, penulis mendapat bimbingan dan petunjuk serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak M. Salis Yuniardi, M.Psi., Ph.D., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Ibu Dr. Rr. Siti Suminarti Fasikhah, M.Si dan Ibu Sofa Amalia, M.Si selaku Dosen Pembimbing I dan Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan yang sangat bermanfaat sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini.
3. Ibu Assoc. Prof. Dr. Iswinarti, M.Si., selaku Dosen Wali yang telah memberikan dukungan dan arahan kepada penulis sejak awal perkuliahan hingga saat ini.
4. Ibu Susanti Prasetyaningrum, M.Psi., selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang beserta seluruh dosen yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat selama perkuliahan.
5. SMP X Malang yang telah bersedia dan memberikan kesempatan kepada penulis untuk melakukan penelitian.
6. Kepada Bunda dan Ayah yang telah melimpahkan banyak doa dan dukungan sehingga peneliti termotivasi untuk menyelesaikan penelitian dengan baik.
7. Abang dan Keluarga tercinta yang selalu memberikan semangat dan doa sehingga menjadi kekuatan bagi penulis untuk menyelesaikan tugas akhir ini.
8. Teman-teman Tiga Lipa yaitu Kak Dinda, Sarah, Nadia, Alfia dan Ainun serta Raissa, Sri dan Dini yang selalu memberi dukungan dan bantuan, serta Rizky yang selalu ada disaat aku rapuh dan membutuhkan tempat berkeluh kesah tentang skripsi sehingga dapat semangat lagi dalam mengerjakan skripsi.
9. Kepada teman-teman bimbingan Ibu Sum yang sedang berproses, semangat.
10. Teman-teman kelas A yang telah berproses bersama dan teman-teman magang yang sudah memberi dukungan selama magang dan pada saat penyusunan skripsi.
11. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang serta semua pihak yang telah membantu penulis dan selalu memberi dukungan.

Penulis menyadari bahwa tidak ada karya manusia yang sempurna, sehingga penulis mengharapkan kritik dan saran demi membantu dalam perbaikan karya ini. Meski demikian, penulis berharap tulisan ini dapat bermanfaat bagi pembacanya.

Malang, 31 Maret 2020
Penulis,

Nastiti Fatirahma

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
SURAT KETERANGAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	v
DAFTTAR GAMBAR	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
ABSTRAK.....	1
PENDAHULUAN	2
Motivasi Belajar	6
Pelatihan <i>Adversity Quotient</i>	8
Motivasi Belajar dan <i>Adversity Quotient</i>	10
METODE PENELITIAN	12
Rancangan Penelitian	12
Subjek Penelitian	12
Variabel dan Instrumen Penelitian	13
Prosedur dan Analisa Data	14
HASIL PENELITIAN	15
DISKUSI	19
SIMPULAN DAN IMPLIKASI	23
REFERENSI	24
LAMPIRAN	26

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Rancangan Penelitian.....	12
Tabel 2. Contoh Item <i>Adversity Quotient</i>	14
Tabel 3. Contoh Item Motivasi Belajar.....	14
Tabel 4. Deskriptif Hasil Uji <i>Paired Sample T-Test</i> Kelompok Eksperimen.....	15
Tabel 5. Deskriptif Hasil Uji <i>Paired Sample T-Test</i> Kelompok Kontrol	16
Tabel 6. Deskriptif Hasil Uji <i>Independent Sample T-Test Gain Score</i> Motivasi belajar Kedua Kelompok.....	18



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir	11
Gambar 2. Skor <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test Adversity Quotient</i> Kelompok Eksperimen.....	16
Gambar 3. Skor <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Motivasi Belajar Kelompok Eksperimen	16
Gambar 4. Skor <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test Adversity Quotient</i> Kelompok Kontrol	17
Gambar 5. Skor <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Motivasi Belajar Kelompok Kontrol	17



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Output Data Exel	26
Lampiran 2. Output Data SPSS	29
Lampiran 3. <i>Blue Print</i> Motivasi Belajar dan <i>Adversity Quotient</i>	34
Lampiran 4. Skala Penelitian	37
Lampiran 5. Modul Intervensi	41
Lampiran 6. Lembar Evaluasi Belajar	48
Lampiran 7. Lembar Evaluasi Pelatihan	50
Lampiran 8. Uji Verifikasi Data dan Plagiasi	52



PELATIHAN *ADVERSITY QUOTIENT* UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR PADA SISWA KELAS 7 DI SMP X MALANG

Nastiti Fatirahma
Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang
fatirahmanastiti@gmail.com

Motivasi belajar bagi seorang siswa merupakan hal yang sangat penting, motivasi belajar juga dapat mempertinggi prestasi dan memperbaiki sikap siswa untuk bertanggungjawab terhadap tugas-tugas di sekolah. Banyak siswa yang kurang dalam motivasi belajar. Salah satu yang melatarbelakangi motivasi belajar pada siswa adalah *adversity quotient* (AQ) sehingga hal ini yang mendorong peneliti memberikan pelatihan *adversity quotient* yang dinilai mampu untuk meningkatkan motivasi belajar pada siswa. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pelatihan *adversity quotient* untuk meningkatkan motivasi belajar pada siswa kelas 7 di SMP X Malang. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen yang menggunakan *pre-test* dan *post-test control group design*. Penelitian ini melibatkan 21 subjek yang memiliki skor *adversity quotient* dan motivasi belajar dibawah rata-rata lalu dibagi menjadi dua kelompok yakni kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil penelitian menunjukkan ada perubahan selisih skor rata-rata motivasi belajar kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol yakni 0,27. Namun berdasarkan uji *Independent Sample T-Test* untuk menguji perbedaan skor kedua kelompok tersebut tidak signifikan $p=0,407$ ($p>0,05$).

Kata Kunci: Remaja Awal, Motivasi Belajar, *Adversity Quotient*.

Motivation to study within students character is a necessary element. Study motivation may also boost achievements and maintain student's attitude to be responsible on their daily tasks at school. Many students currently are lacking on this element. One of the underlying issues shifting the student's will to study is known as adversity quotient (AQ). This underlying factor motivates the researcher to then conduct adversity quotient that may have promoted the study motivation on students. This study aims to understand the effect of adversity quotient training to promote study motivation on 7th grade students on a junior high school in Malang. This research is based on experimental pre-test and post test group-design framework. This research uses 21 subjects with average scores of adversity quotient and study motivation below average. The group then split into two groups, an experimental group and a controlled group. The result of the study shows better average score on experimental group compared to the controlled group by 0,27. On the other hand, the independent sample t-test shows no significance. $p=0,407$ ($p>0,05$).

Keywords: Early Adolescent, Study Motivation, *Adversity Quotient*

Remaja awal merupakan tahap perkembangan dimana individu berada pada rentang usia 11-15 tahun, yakni periode transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Individu yang berada pada tahap perkembangan ini akan mengalami banyak perubahan baik perubahan secara fisik, kognitif maupun sosioemosi (Santrock, 2012). Pendidikan merupakan salah satu unsur terpenting dalam menentukan keberhasilan suatu individu. Pendidikan sendiri merupakan bagian dari kebutuhan dasar manusia khususnya pada Sekolah Menengah Pertama yang termasuk masa remaja awal.

Motivasi belajar merupakan hal yang sangat penting dimiliki oleh seorang siswa. Motivasi belajar merupakan daya penggerak psikis dalam diri seorang siswa yang menimbulkan adanya kegiatan belajar, menjamin kelangsungan belajar untuk mencapai tujuan belajar sehingga dapat memperbaiki prestasi belajar siswa (Siregar, 2011). Parameter keberhasilan yang digunakan untuk mengukur tingkat keberhasilan pendidikan yang ditempuh oleh seorang siswa adalah hasil belajarnya. Akan tetapi, dalam meraih hasil belajar yang baik hal yang dibutuhkan adalah proses belajar. Belajar merupakan hal wajib yang harus dilakukan oleh siswa.

Pada masa remaja ini banyak mengalami kendala atau kesulitan dalam belajar. Gejalanya antara lain, mulai berkurangnya perhatian siswa dalam proses pembelajaran, seperti membolos, tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, penundaan persiapan untuk ulangan atau ujian, dan adanya siswa yang putus asa dan berhenti dengan kata “menyerah” karena kesulitan dalam belajar seperti merasa susah memahami materi pelajaran. Sikap belajar siswa yang kurang baik tersebut dapat berupa malas mengulang pelajaran, tertekan karena pekerjaan rumah (PR) yang berat, merasa rendah diri dan menyerah ketika menghadapi soal-soal ulangan atau ujian, tertekan pada masalah secara berlebihan sehingga menyebabkan semangat belajar menurun, dan menjadi frustrasi hingga lari dari masalah dan tanggung jawab sebagai siswa. Perilaku ini umumnya ditemukan pada remaja yang baru memasuki pendidikan sekolah menengah pertama (SMP) (Abror, 2003).

Menurut Sardiman (2012) belajar diartikan sebagai perubahan tingkah laku atau penampilan dengan serangkaian kegiatan seperti membaca, mengamati, dan mendengarkan. Upaya yang dapat dilakukan untuk tercapainya kesuksesan dalam belajar yaitu dengan memiliki motivasi belajar yang tinggi. Siswa dengan motivasi belajar yang tinggi, akan mencapai hasil belajar yang optimal. Ciri-ciri siswa dikatakan baik menurut Prayitno (2003) adalah dengan adanya ketekunan dalam belajar, ulet dalam menghadapi kesulitan, minat dan ketajaman perhatian dalam belajar, berprestasi dalam belajar, dan mandiri dalam belajar.

Penelitian yang dilakukan oleh Rahim (2017) menunjukkan adanya keterhubungan antara motivasi belajar dengan resiliensi, karena dalam penelitian ini menyatakan bahwa remaja yang mempunyai resiliensi lebih tinggi memiliki motivasi tinggi untuk belajar, yaitu 61,1 %, sehingga di sarankan kepada pihak sekolah untuk memfasilitasi remaja dalam meningkatkan kemampuan pada remaja untuk tumbuh kuat dalam menghadapi masalah yang dialami sehingga motivasi belajar yang tinggi dapat tercapai. Yuliany (2019) menunjukkan bahwa motivasi belajar berhubungan dan berpengaruh kepada hasil belajar siswa yang menjadi semakin meningkat.

Peneliti telah mengumpulkan data pra-penelitian untuk mengukur motivasi belajar seluruh siswa kelas 7 di SMP X Malang, menggunakan skala motivasi belajar yang digunakan oleh Poniran (2014). Berdasarkan data tersebut terdapat 11 siswa yang memiliki tingkat motivasi belajar di bawah rata-rata. Berdasarkan observasi dan wawancara dari tanggal 26 September sampai 26 November yang telah dilakukan di salah satu sekolah SMP X Malang selama kurang lebih 2 bulan melalui wawancara kepada kepala sekolah, guru BK, wali kelas dan beberapa

siswa terutama kelas 7 di sekolah SMP X. Selama observasi di sekolah tersebut terlihat siswa yang sering membolos pada saat pelajaran berlangsung, setelah ditelusuri penyebab utama dari terbentuknya perilaku tersebut karena adanya kesulitan yang dirasakan siswa namun tidak dipahami oleh sebagian guru yang mengajar sehingga membuat siswa tidak mengikuti pelajaran di kelas.

Salah satu faktor yang melatarbelakangi terbentuknya motivasi belajar pada siswa adalah dengan adanya *adversity quotient* pada diri siswa. Adanya *adversity quotient* pada diri seseorang akan membuat seseorang mampu mengubah masalah atau hambatan menjadi suatu peluang yang dapat menjanjikan kesuksesan. Dengan demikian pelatihan *adversity quotient* dinilai mampu untuk meningkatkan motivasi belajar pada siswa.

Pelatihan *adversity quotient* adalah suatu program pelatihan yang akan memberikan pengetahuan mengenai langkah-langkah untuk membantu siswa menciptakan perbaikan pada *adversity quotient* yang dimiliki serta bagaimana cara merespon sesuatu kesulitan atau hambatan yang sedang dialami, begitu juga kesulitan yang menghambat niat belajar pada siswa. Sehingga kognitif siswa pada tahap perkembangan ini menjadi lebih baik dalam hal melihat permasalahan yang sedang dihadapi, sehingga berpengaruh juga terhadap sosioemosinya yang dapat membuat anak mengontrol emosi yang diberikan kepada lingkungan dimana ia menuntut ilmu. Pelatihan *adversity quotient* yang akan diberikan kepada siswa kelas 7 di SMP X Malang, materi dan desain pelatihan yang digunakan dalam penelitian ini disusun dengan menggunakan modifikasi aspek-aspek yang dikemukakan oleh Stoltz (2005). Aspek-aspek tersebut akan di susun dan dimodifikasi menjadi materi pelatihan, dimana di dalam materi tersebut juga diselipkan apa pengaruh jika kita mampu memiliki kecerdasan dalam menyelesaikan masalah yang baik sehingga membuat kesulitan dalam belajar dapat ditangani oleh siswa.

Pada saat terjadinya proses belajar mengajar, siswa dituntut untuk mampu mengatasi semua kesulitan atau permasalahan yang sewaktu-waktu muncul. Oleh karena itu, *adversity quotient* pada siswa dinilai sangat penting untuk dimiliki. Selain untuk membantu siswa dalam menghadapi kesulitan atau permasalahan, *adversity quotient* juga dapat berfungsi sebagai pembinaan mental bagi siswa untuk menghindari masalah psikologis. Hal tersebut yang akhirnya menjadi sumber pemikiran bagaimana cara meningkatkan motivasi belajar siswa kelas 7 di SMP X Malang, yaitu dengan diberikan pelatihan untuk meningkatkan *adversity quotient* (AQ). Didukung oleh pernyataan Stoltz (2005) yang menyatakan bahwa mereka yang AQ nya tinggi dianggap sebagai orang-orang yang paling memiliki motivasi. Oleh karena itu, dapat diartikan bahwa semakin tinggi *adversity quotient* maka semakin tinggi pula motivasi belajar siswa.

Adapun data pra-penelitian *adversity quotient* yang dimiliki siswa kelas 7 di SMP X ini, diukur menggunakan skala *adversity quotient* oleh Rahayu (2018). Berdasarkan hasil penyebaran skala *adversity quotient* pada siswa kelas 7 ditemukan 10 siswa yang memiliki *adversity quotient* di bawah rata-rata. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara diketahui ada beberapa siswa mengatakan bahwa kesulitan dan hambatan yang mereka rasakan ketika di sekolah yaitu, siswa mengalami kesulitan dalam mengikuti pelajaran sehingga merasa tertekan ketika belajar, dan merasa bosan dengan cara mengajar guru yang terkesan monoton. Ada beberapa siswa juga mengatakan bahwa permasalahan terhadap teman juga berpengaruh besar terhadap motivasi belajarnya. Selain itu banyak pula kasus *bullying* yang secara sengaja maupun tidak dilakukan oleh siswa kepada temannya, hal tersebut yang membuat siswa takut datang ke sekolah dan tidak dapat berkonsentrasi belajar di sekolah.

Beberapa hasil penelitian tentang *adversity quotient* dan motivasi dalam proses pembelajaran oleh Vinas dan Malaban (2015) yang dilakukan pada mahasiswa *Philippines University* menyatakan bahwa AQ dapat membantu siswa dalam mengatasi kesulitan yang terjadi, meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi yang kuat dalam proses pembelajaran. Dengan begitu dapat dikatakan siswa yang memiliki *adversity quotient* tinggi akan berusaha mengatasi kesulitan yang terjadi dan dapat menumbuhkan kepercayaan diri ketika berproses dalam pelajaran.

Selain itu, penelitian tentang efektivitas pelatihan *adversity quotient* untuk meningkatkan motivasi berprestasi siswa juga dilakukan oleh Hasan dan Ridfah (2017) yang menunjukkan hasil bahwa pelatihan *adversity quotient* dapat meningkatkan motivasi berprestasi pada siswa SMK X di Kota Makassar.

Begitu juga didukung oleh penelitian tentang pengaruh *adversity quotient* dan motivasi berprestasi terhadap prestasi belajar matematika yang dilakukan oleh Nurhayati dan Fajrianti (2015) dengan subjek 120 siswa SMA di Depok. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *adversity quotient* dan motivasi berprestasi terhadap prestasi belajar matematika. Dapat dikatakan bahwa dalam tercapainya suatu prestasi dibutuhkan usaha yang tidak mudah dilalui, banyaknya permasalahan dan kesulitan sehingga *adversity quotient* siswa menentukan respon terhadap kesulitan dalam meraih prestasi.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Kurniawan (2016) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *adversity quotient* terhadap motivasi belajar siswa pada mata pelajaran ekonomi di SMAN 09 Pontianak.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Nas (2019) menyatakan bahwa *adversity quotient* berpengaruh positif dan signifikan terhadap hasil belajar matematika. Motivasi belajar matematika berpengaruh positif dan signifikan terhadap hasil belajar matematika. Persepsi siswa tentang cara mengajar guru matematika berpengaruh positif dan signifikan terhadap hasil belajar matematika siswa kelas IX SMP Negeri se-Kecamatan Wara Utara Kota Palopo.

Penelitian ini sudah pernah diteliti oleh Utami, Nasrohi & Rachmawati (2014) diketahui bahwa pelatihan *adversity quotient* dapat meningkatkan motivasi belajar siswa kelas IX SMP "X". Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Utami et al (2014) dengan penelitian yang akan dilakukan saat ini ialah indikator motivasi belajar yang digunakan sebagai pengukur tingkat motivasi belajar siswa berbeda dengan yang digunakan oleh Utami et al, dan sesi-sesi yang dilakukan juga berbeda dengan yang dilakukan oleh Utami et al (2014).

Berdasarkan uraian dari hasil penelitian terdahulu tentang *adversity quotient* di atas, dapat disimpulkan bahwa konsep *adversity quotient* yang dikemukakan oleh Stoltz (2005) menawarkan kemampuan untuk bertahan dalam kesulitan sehingga dalam hal ini membuktikan bahwa *adversity quotient* memiliki fungsi untuk memberdayakan potensi. Oleh karena itu, peneliti melakukan penelitian dengan judul Pelatihan *Adversity Quotient* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Siswa Kelas 7 Di SMP X Malang karena menggunakan pengukuran variabel motivasi belajar dan jenjang pendidikan subjek penelitian yang berbeda dari penelitian sebelumnya.

Seseorang individu melakukan suatu aktivitas karena didorong oleh adanya faktor-faktor, kebutuhan biologis, insting dan unsur-unsur kejiwaan lainnya serta adanya pengaruh perkembangan budaya manusia di muka bumi. Faktor yang mempengaruhi motivasi belajar adalah tidak terlepas dari adanya kebutuhan. Menurut Morgan dan ditulis kembali oleh Nasution, manusia hidup dengan memiliki berbagai kebutuhan, yaitu kebutuhan untuk beraktivitas yang dapat menghasilkan rasa bahagia, kebutuhan untuk menyenangkan orang

lain, kebutuhan untuk mencapai hasil, dan kebutuhan untuk mengatasi kesulitan (Sardiman, 2012). Kesulitan yang terjadi pada diri individu di dalam hidup salah satunya adalah ketika menuntut ilmu dapat menimbulkan sikap pesimis. Meski demikian, kesulitan hidup yang dialami oleh individu tersebut juga dianggap sebagai suatu tantangan yang senantiasa memotivasi diri untuk menghadapi permasalahan guna mencapai keberhasilan untuk keluar dari kesulitan hidup. Oleh karena itu, dalam situasi seperti inilah *adversity quotient* sangat dibutuhkan.

Pada masa remaja awal secara kognitif individu dituntut untuk mencapai tahap operasional formal, dan secara emosional berada pada masa *storm and stress* di mana terjadi pergolakan emosi yang diiringi dengan pertumbuhan fisik yang pesat dan pertumbuhan secara psikis yang berbeda-beda, selain itu juga mereka dituntut untuk dapat bernalar secara abstrak dan logis guna mempertimbangkan hipotesis dan terlibat dalam aktivitas pemecahan masalah agar terlaksananya mutu pendidikan yang baik tidak akan terlepas dari permasalahan yang dihadapi oleh siswa. Ketika anak-anak tidak mengerti dan tidak siap untuk perubahan yang terjadi dalam kehidupan mereka, mereka akan merasa sulit untuk mengatasi masalah sendiri (Nicolson & Ayers, 2004., Listiawati & Sebayang, 2019).

Permasalahan dalam hidup tidak akan terlepas dari manusia pada setiap masa kehidupannya, begitu juga dalam dunia pendidikan dimana salah satu pemerannya ialah siswa yang baru masuk masa remaja pada jenjang sekolah menengah pertama. Hambatan dan kesulitan yang mengganggu harus diatasi dan dihadapi serta mengubahnya sebagai peluang untuk mencapai kesuksesan. Seperti yang dialami siswa dalam belajar tidak selalu berjalan lancar, terdapat kesulitan belajar yang dapat menghambat siswa dalam mencapai tujuan belajar (Harjani, 2019).

Perasaan tertekan yang berulang kali terjadi pada diri siswa tersebut dapat mengganggu proses berpikir secara normal sehingga berpengaruh kepada rendahnya motivasi belajar siswa di sekolah (Utami, Nasrohi & Rachmawati, 2014). Ada pula siswa yang memberikan respon baik atas kesulitan yang sedang dihadapi. Siswa menjadikan kesulitan belajar yang dialaminya sebagai kekuatan atau tantangan agar dirinya termotivasi untuk belajar lebih giat dan agar dapat menaklukkan kesulitan belajar tersebut sehingga ia dapat memahami materi pelajaran yang diberikan oleh guru di sekolah.

Stoltz (2005) mengemukakan dalam memegang peranan penting untuk mencapai prestasi belajar selain faktor IQ adalah *adversity quotient* (AQ). Salah satu cara untuk menumbuhkan motivasi belajar pada siswa adalah dengan adanya *adversity quotient* yang tinggi sehingga dapat bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri dengan mampu menyelesaikan masalah atau kesulitan yang sedang dialami. Siswa diharapkan mampu keluar dari pemikiran-pemikiran yang dapat menjatuhkan semangat belajar sehingga mampu menghadapi kesulitan dan menganggap penyebabnya hanya sebagai hal biasa atau sebagai tantangan sehingga segera mengambil tindakan untuk menyelesaikan permasalahan. Siswa dengan semangat dan daya juang yang tinggi akan berusaha mencari penyelesaian-penyelesaian terhadap kesulitan atau hambatan yang dihadapi dalam belajar.

Permasalahan yang dialami dalam penelitian ini adalah mengenai rendahnya motivasi belajar siswa di SMP X Malang yang berkaitan dengan kesulitan-kesulitan yang dihadapi siswa di sekolah. Dengan demikian, peneliti berasumsi bahwa *adversity quotient* memiliki keterkaitan dengan masalah yang dihadapi siswa-siswa di SMP X Malang dalam hal motivasi belajar. Oleh karena itu, peneliti ingin mengangkat *adversity quotient* sebagai salah satu intervensi yang dapat digunakan dalam penelitian ini melalui pendekatan eksperimen.

Intervensi yang akan diberikan untuk mengatasi permasalahan yang ada di SMP X Malang adalah berupa pelatihan.

Berdasarkan yang telah dipaparkan di atas, ditemukan rumusan masalah untuk penelitian ini yaitu apakah pelatihan *adversity quotient* meningkatkan motivasi belajar pada siswa kelas 7 di SMP X Malang. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan *adversity quotient* dalam meningkatkan motivasi belajar pada siswa kelas 7 di SMP X Malang dibandingkan dengan pelatihan lainnya. Di ketahui bahwa minimnya hasil penelitian terkait 2 variabel tersebut sehingga menjadi dasar pemikiran untuk membahas topik ini. Peneliti masih menemukan sedikit literatur yang membahas tentang pelatihan *adversity quotient* sebagai faktor individu yang berkontribusi langsung terhadap peningkatan motivasi belajar. Padahal *adversity quotient* berperan penting dalam membantu menciptakan respon yang benar terhadap kesulitan yang muncul sehingga menyebabkan motivasi belajar pada siswa. Dengan hal ini, diharapkan dapat meminimalisir menurunnya motivasi belajar pada siswa di sekolah.

Penelitian ini secara teoritis diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran atau memperkaya konsep-konsep teori dan faktor-faktor yang berhubungan dengan motivasi belajar mengingat terbatasnya literatur terkait pelatihan *adversity quotient* sebagai prediktor terhadap meningkatnya motivasi belajar. Secara praktis, penelitian ini bermanfaat untuk mendapatkan model intervensi yang sesuai dan efektif dalam meningkatkan motivasi belajar pada siswa yang berada pada tahap perkembangan remaja awal.

Motivasi Belajar

Istilah motivasi diambil dari kata “motif” yang diartikan sebagai daya upaya yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. Menurut Sardiman (2012) Motif dapat dikatakan sebagai daya gerak dari dalam dan di dalam subjek tersebut melakukan aktivitas-aktivitas tertentu demi mencapai suatu tujuan. Berawal dari kata motif itu, maka motivasi dapat diartikan sebagai daya penggerak yang telah menjadi aktif. Motif menjadi aktif pada saat-saat tertentu, terutama apabila kebutuhan untuk mencapai tujuan sangat dirasakan.

Menurut Chaplin konsep motivasi berasal dari konsep para ahli filsafat, bahwa tidak semua tingkah laku manusia dikendalikan oleh akal, akan tetapi tidak banyak perbuatan yang dilakukan oleh manusia di luar kontrol manusia, maka dari itu lahirlah sebuah pendapat bahwa manusia disamping sebagai makhluk rasionalistik, manusia juga sebagai makhluk mekanistik yaitu makhluk yang digerakkan oleh sesuatu dari luar nalar (Saleh & Wahab, 2005).

Motivasi adalah sesuatu yang menghidupkan (*energize*), mengarahkan dan mempertahankan perilaku, motivasi membuat siswa bergerak, menempatkan mereka dalam suatu arah tertentu, dan menjaga mereka agar terus bergerak. Kita sering melihat motivasi siswa tercermin dalam investasi pribadi dan dalam keterlibatan kognitif, emosional dan perilaku di berbagai aktivitas sekolah (Ormrod, 2009).

Menurut Kholid (2017) motivasi adalah istilah yang paling sering dipakai untuk menjelaskan keberhasilan atau kegagalan hampir semua tugas yang rumit. Hampir semua pakar juga setuju bahwa suatu teori tentang motivasi berkenaan dengan faktor-faktor yang mendorong tingkah laku dan memberikan arah kepada tingkah laku itu, juga pada umumnya diterima bahwa motif seseorang untuk terlibat dalam satu kegiatan tertentu didasarkan atas kebutuhan yang mendasarinya. Pada kegiatan belajar, motivasi dapat dikatakan sebagai keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan memberikan arah pada kegiatan belajar, sehingga tujuan yang diharapkan dapat tercapai.

Motivasi belajar pada umumnya dapat mempertinggi prestasi dan memperbaiki sikap siswa terhadap tugas-tugas sekolah. Dengan kata lain, motivasi belajar dapat membangkitkan rasa puas dan meningkatkan prestasi belajar siswa dalam belajar (McClelland, 2005). Motivasi dapat dikatakan sebagai keseluruhan daya penggerak dalam diri individu yang menimbulkan kegiatan belajar yang menjamin kelangsungan kegiatan belajar, dan yang memberikan arah pada kegiatan belajar sehingga tujuan yang dikehendaki akan tercapai. Motivasi merupakan faktor psikis. Peranannya yang khas adalah dalam menumbuhkan gairah, perasaan dan semangat untuk belajar (Mariyam, dkk, 2018). Berdasarkan definisi tentang motivasi, dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar pada siswa merupakan suatu keadaan dalam diri siswa yang mendorong dan mengarahkan perilakunya pada suatu tujuan yang ingin dicapai dalam mengikuti pendidikan di sekolah.

Indikator motivasi belajar menurut Prayitno (2003) menyatakan tentang indikator-indikator dalam motivasi belajar, yaitu ketekunan dalam belajar, ulet dalam menghadapi kesulitan, minat dan ketajaman perhatian dalam belajar, berprestasi dalam belajar, dan mandiri dalam belajar. Apabila seseorang siswa memiliki ciri-ciri seperti yang dipaparkan di atas berarti siswa tersebut telah memiliki motivasi yang cukup kuat. Ciri-ciri motivasi seperti itu akan sangat penting dalam kegiatan belajar mengajar. Ciri-ciri motivasi belajar seperti di atas akan sangat penting dalam menunjang proses pembelajaran siswa.

Ada pendapat lain yang dikemukakan oleh Sardiman (2012) motivasi yang ada pada diri setiap orang itu memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Tekun menghadapi tugas (dapat bekerja terus menerus dalam waktu yang lama, tidak pernah berhenti sebelum selesai).
- b. Ulet menghadapi kesulitan (tidak lekas putus asa). Tidak memerlukan dorongan dari luar untuk berprestasi sebaik mungkin (tidak cepat puas dengan prestasi yang telah dicapai).
- c. Menunjukkan minat terhadap bermacam-macam masalah untuk orang dewasa misalnya masalah pembangunan agama, politik, ekonomi, keadilan.
- d. Lebih senang bekerja mandiri.
- e. Cepat bosan pada tugas-tugas yang rutin, hal-hal yang bersifat mekanis, berulang-ulang begitu saja, sehingga kurang kreatif.
- f. Dapat mempertahankan pendapatnya.
- g. Tidak mudah melepaskan hal yang diyakini.
- h. Senang mencari dan memecahkan masalah soal-soal (tidak khawatir bila menghadapi masalah belajar, ikut berpartisipasi dalam memecahkan masalah).

Ciri-ciri atau indikator yang dikemukakan oleh Sardiman tidak jauh beda dengan yang dipaparkan oleh Prayitno, indikator dari Sardiman ada beberapa yang artinya sama sehingga jika diperinkas akan menjadi indikator yang dipaparkan oleh Prayitno. Oleh karena itu, ciri-ciri motivasi belajar yang dipaparkan oleh Prayitno (2003) yang akan digunakan dalam menyusun kisi-kisi instrumen angket untuk mengungkap salah satu variabel dalam penelitian ini yaitu motivasi belajar.

Faktor-Faktor yang mempengaruhi motivasi belajar adalah adanya kebutuhan. Menurut Morgan dan ditulis kembali oleh Nasution (Sardiman, 2012) manusia hidup dengan memiliki berbagai kebutuhan.

- a. Kebutuhan untuk beraktivitas yang dapat menghasilkan rasa bahagia
Hal yang terpenting bagi seorang anak ialah perbuatan yang ia lakukan dapat menghasilkan kegembiraan baginya. Oleh karena itu, orang tua diharapkan untuk tidak memaksa anak untuk diam di rumah saja karena hal tersebut bertentangan dengan

hakikat anak. *Activities in it self is a pleasure* yang dapat dihubungkan dengan suatu kegiatan belajar bahwa pekerjaan atau belajar akan berhasil jika disertai dengan rasa gembira.

- b. Kebutuhan untuk menyenangkan orang lain
Individu dalam kehidupannya memiliki motivasi untuk banyak berbuat sesuatu demi kesenangan orang lain. Konsep ini dapat diterapkan pada kegiatan belajar, anak akan rajin/rela belajar untuk orang yang ia sukai, misalnya belajar demi orang tua.
- c. Kebutuhan untuk mencapai hasil
Kegiatan belajar akan berhasil baik jika disertai dengan adanya “pujian”. Pujian sendiri merupakan dorongan bagi seseorang untuk belajar dengan giat. Apabila usaha belajar anak tidak dihiraukan orang tua/guru dan orang lain bisa jadi kegiatan belajar anak akan berkurang. Pujian atau *reinforcement* harus selalu dikaitkan dengan prestasi yang baik sehingga anak memiliki kesempatan untuk melakukan sesuatu dengan hasil yang optimal.
- d. Kebutuhan untuk mengatasi kesulitan/masalah
Kesulitan atau hambatan yang dimiliki seorang individu seharusnya menjadi dorongan untuk mencari kompensasi dengan usaha yang tekun dan luar biasa sehingga ditemukannya kelebihan/keunggulan dalam bidang tertentu. Oleh karena itu, motivasi/dorongan yang tercipta dalam diri karena adanya keinginan untuk menyelesaikan suatu hambatan/kesulitan yang dialami. Begitu juga dalam belajar siswa yang memiliki motivasi belajar yang baik karena ia telah mampu menemukan jalan keluar dari kesulitan belajar yang ia rasakan.

Pelatihan *Adversity Quotient*

Pelatihan merupakan bagian dari pendidikan yang bertujuan sebagai sarana pembinaan dan pengembangan kualitas pendidikan serta salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia sesuai dengan kebutuhan. Menurut Goldstein dan Gressner (1988) mendefinisikan pelatihan sebagai usaha sistematis untuk menguasai keterampilan, peraturan, konsep, ataupun cara berperilaku yang berdampak pada peningkatan kinerja. Pelatihan dapat dibedakan menjadi pelatihan di dalam kelas dan pelatihan di luar kelas.

Pelatihan di dalam kelas terdiri dari kuliah, diskusi kelompok, studi kasus, bermain peran, *programmed instruction*, dan simulasi (Munandar, 2001). Pelatihan *adversity quotient* merupakan program pelatihan yang akan memberikan pengetahuan mengenai langkah-langkah untuk memberi pemahaman kepada siswa untuk menciptakan perbaikan dalam *adversity quotient* dan bagaimana merespon kesulitan atau permasalahan dengan baik. Secara psikologis *adversity quotient* disebut juga *resilience* yang artinya kemampuan seseorang untuk merespon suatu kesulitan dan merupakan kapasitas manusia untuk menghadapi dan mengatasi kesulitan hidup.

Adversity Quotient (AQ) Menurut Stoltz (2007) adalah kecerdasan yang dapat memberikan gambaran kepada individu berkaitan dengan seberapa jauh individu mampu bertahan menghadapi kesulitan dan mampu untuk mengatasinya, siapa yang mampu mengatasi kesulitan dan siapa yang akan hancur, siapa yang akan melampaui harapan-harapan atas kinerja dan potensi individual serta siapa yang akan gagal, serta siapa yang akan menyerah dan siapa yang akan bertahan. Menurut Stoltz *adversity quotient* merupakan suatu kemampuan yang terdiri dari empat dimensi yang disingkat dengan sebutan CO2RE yaitu dimensi *control*, *origin* dan *ownership*, *reach*, dan *endurance*. Dengan konsep AQ ini, seseorang dapat memahami dan meningkatkan AQ-nya sebagai kapasitas untuk menghadapi kesulitan.

Menurut Shen (2014) komponen CO2RE mengacu pada *Control*, *Origin* dan *Ownership*, *Reach*, *Endurance*. Setiap komponen dapat didefinisikan sebagai berikut

- a. Kontrol (*Control*) Sejauh mana seseorang menganggap dirinya dapat mengatasi masalah atau kesulitan apa pun. Kemampuan ini dapat dikembangkan selama mereka dibesarkan oleh orang tua dan guru yang mengembangkan perasaan percaya diri, dihargai, dirawat, dan didengar pada anak-anak.
- b. Asal usul masalah dan kekuatan seseorang untuk menyelesaikan masalah (Kepemilikan) (*Origin and Ownership*): Sejauh mana seseorang dapat menemukan penyebab timbulnya permasalahan dan bagaimana seseorang mampu bergerak untuk mengatasi masalah tersebut. Kemampuan ini dikembangkan melalui bimbingan orang tua dalam menemukan sumber masalah.
- c. Jangkauan (*Reach*) adalah sejauh mana seseorang memiliki kemampuan untuk membatasi masalah dan menganggap masalah sebagai tantangan, bukan hambatan. Dengan kemampuan ini, anak-anak belajar sejauh mana masalahnya sehingga tidak berdampak pada aspek kehidupan lainnya. Ini dikembangkan melalui bimbingan orang tua dan guru.
- d. Daya tahan (*Endurance*) mengacu pada berapa lama kesulitan akan berlangsung, berapa lama seseorang mampu bertahan dari kesulitan dalam hidup mereka. Kemampuan ini dapat ditingkatkan melalui pengasuhan anak dengan selalu memotivasi anak-anak untuk mengambil tindakan segera untuk menyelesaikan masalah sehingga masalah yang mereka alami tidak berlarut-larut (keyakinan bahwa masalah akan cepat berlalu (Shen, 2014).

Faktor yang membentuk *adversity quotient* menurut Stoltz (2000) ialah sebagai berikut :

- a. Daya saing
Adversity quotient yang rendah dikarenakan tidak adanya daya saing ketika menghadapi kesulitan sehingga kehilangan kemampuan untuk menciptakan peluang dalam kesulitan yang dihadapi.
- b. Produktivitas
Respon konstruktif yang diberikan seseorang terhadap kesulitan akan membantu meningkatkan kinerja lebih baik dan sebaliknya respon yang destruktif akan memberikan kinerja yang rendah.
- c. Motivasi
Seseorang yang mempunyai motivasi yang kuat mampu menciptakan peluang dalam kesulitan, artinya ialah seseorang dengan motivasi yang kuat akan berupaya menyelesaikan kesulitan dengan menggunakan segenap kemampuan.
- d. Mengambil resiko
Penelitian yang dilakukan oleh Satterfield dan Seligman (Stoltz, 2000) menunjukkan bahwa seseorang yang memiliki *adversity quotient* yang tinggi lebih berani mengambil resiko dari tindakan yang dilakukannya. Hal tersebut dikarenakan seseorang dengan *adversity quotient* tinggi merespon kesulitan secara lebih konstruktif.
- e. Perbaikan
Seseorang dengan *adversity quotient* yang tinggi senantiasa berupaya mengatasi kesulitan dengan langkah konkret, yaitu dengan melakukan perbaikan dalam berbagai aspek agar kesulitan tersebut tidak menjangkau bidang-bidang yang lain.
- f. Ketekunan
Seligman menemukan bahwa seseorang yang merespon kesulitan dengan baik akan senantiasa bertahan.

g. Belajar

Menurut Carol Cweck (Stoltz, 2000) membuktikan bahwa anak yang merespon secara optimis akan banyak belajar dan lebih berprestasi dibandingkan dengan anak yang memiliki pola pesimis.

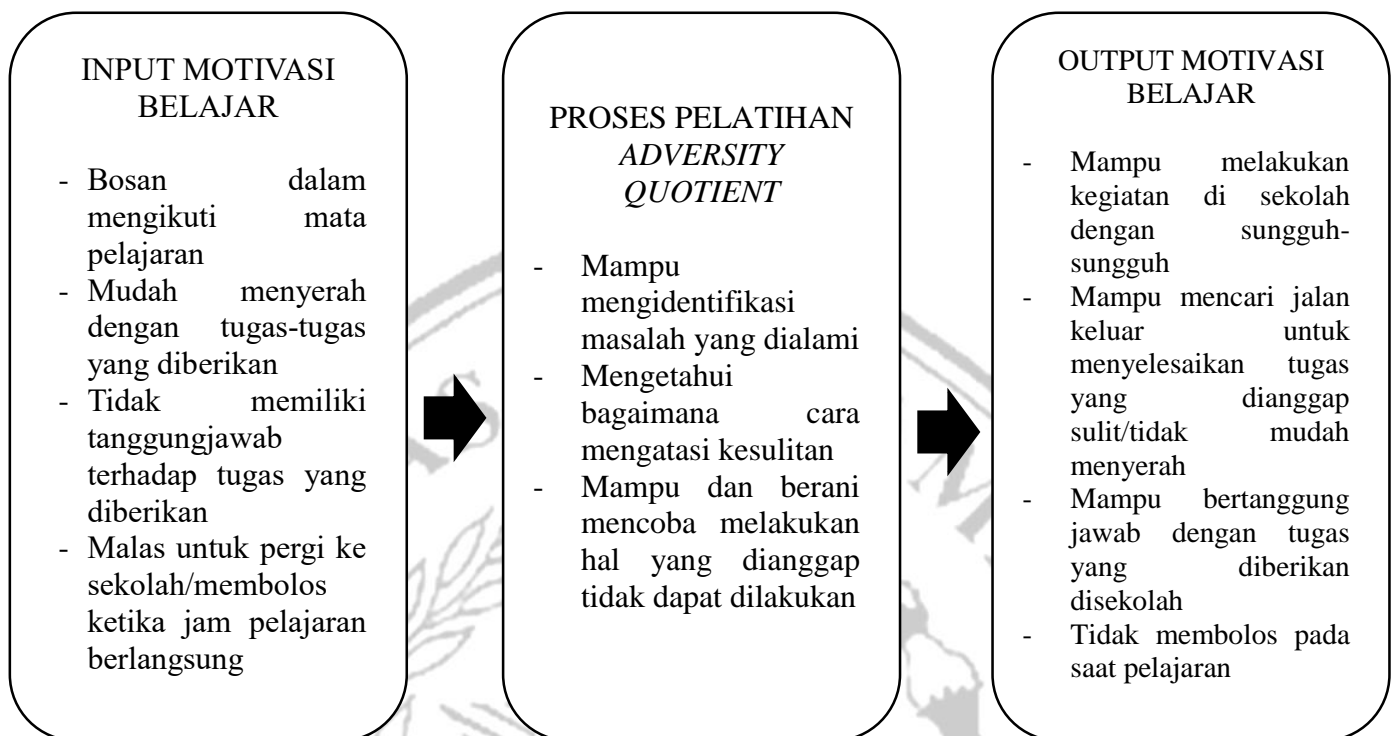
Selain aspek yang diukur, *adversity quotient* (AQ) mempunyai tiga bentuk. Pertama, AQ adalah suatu kerangka kerja konseptual yang baru untuk memahami dan meningkatkan semua segi kesuksesan. Kedua, AQ adalah suatu ukuran dalam mengetahui sebuah respon yang tepat terhadap kesulitan. Ketiga, AQ merupakan serangkaian peralatan yang memiliki dasar ilmiah untuk memperbaiki suatu respon yang salah terhadap kesulitan, agar dapat memperbaiki efektivitas pribadi dan profesional secara keseluruhan (Stoltz, 2000).

Motivasi Belajar dan Pelatihan *Adversity Quotient*

Motivasi belajar merupakan unsur yang sangat penting dalam terjalannya proses belajar, tanpa disadari bahwa motivasi belajar dapat berpengaruh dengan aktif dan pasifnya siswa dalam mengikuti proses pembelajaran di dalam kelas. Dalam proses belajar di dalam kelas siswa dituntut untuk mampu mengatasi segala permasalahan, hambatan atau kesulitan yang terjadi selama proses pembelajaran berlangsung. Oleh karena itu, *adversity quotient* dinilai sangat penting untuk dimiliki bagi setiap siswa.

Pelatihan di dalam kelas terdiri dari kuliah, diskusi kelompok, studi kasus, bermain peran, *programmed instruction*, dan simulasi (Munandar, 2001). Pelatihan *adversity quotient* merupakan program pelatihan yang akan memberikan pengetahuan mengenai langkah-langkah untuk memberi pemahaman kepada siswa untuk menciptakan perbaikan dalam *adversity quotient* ketika menghadapi kesulitan yang dapat menghambat proses belajar dan bagaimana merespon kesulitan atau permasalahan dengan baik sehingga motivasi belajarnya pun menjadi meningkat. Secara psikologis *adversity quotient* disebut juga *resilience* yang artinya kemampuan seseorang untuk merespon suatu kesulitan dan merupakan kapasitas manusia untuk menghadapi dan mengatasi kesulitan hidup.

Adversity quotient menurut Natipulu et, al (2007) merupakan kecerdasan seseorang dalam menghadapi kesulitan ataupun permasalahan yang sedang dialami oleh siswa sehingga dapat membantu siswa mengoptimalkan potensi diri dan menjalani kehidupan menjadi lebih baik dalam menumbuhkan dorongan untuk melakukan pembelajaran. Menurut Stoltz (2005) mengemukakan bahwa *adversity quotient* memegang peranan penting dalam mencapainya prestasi belajar selain faktor IQ. Siswa dengan adanya daya juang yang tinggi akan berusaha dengan semaksimal mungkin untuk dapat menyelesaikan permasalahan-permasalahan yang dihadapi dalam belajar. Motivasi merupakan proses yang pendukung dan mempertahankan aktivitas untuk pencapaian tujuan. Oleh karena itu, motivasi dilihat sebagai proses daripada sebuah hasil (Schunk & Pintrich, 1996).



Gambar 1. Kerangka Berpikir

Hipotesa

Pelatihan *adversity quotient* dapat meningkatkan motivasi belajar pada siswa kelas 7 di SMP X Malang.

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif, yaitu menggunakan desain penelitian eksperimen (*experimental research*) yang meneliti hubungan kausal dengan cara melakukan manipulasi pada salah satu variabelnya. Penelitian ini disebut penelitian eksperimen dikarenakan dalam pemilihan subjeknya dilakukan secara random, dibagi menjadi 2 yaitu adanya kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan, serta adanya kelompok eksperimen yang diberikan tindakan manipulasi. Metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali (Sugiyono, 2015).

Tabel 1. Rancangan Penelitian

Tahap I	Tahap II	Tahap III	Tahap IV
Randomisasi	KE (O ₁)	X	KE (O ₂)
	KK (O ₂)	X ₀	KK (O ₂)

Keterangan:

Tahap I	= Proses Pra-Intervensi
Tahap II	= Proses Persiapan Subjek Intervensi
Tahap III	= Proses Intervensi
Tahap IV	= Proses Pasca Intervensi
KE	= Kelompok Eksperimen
KK	= Kelompok Kontrol
O ₁	= Pengukuran Sebelum Adanya Perlakuan
X	= Diberi Perlakuan
X ₀	= Tanpa Adanya Perlakuan
O ₂	= Pengukuran Sesudah Adanya Perlakuan

Subjek Penelitian

Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah siswa dengan rentang usia 11-14 tahun kelas 7 di SMP X Malang. Pada penelitian ini teknik *sampling* yang digunakan yaitu teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan yaitu kriteria subjek yang mana hasil dari kedua pengukuran dua skala tersebut menunjukkan bahwa subjek memiliki skor *adversity quotient* dan motivasi belajar di bawah rata-rata. Setelah ditemukan beberapa siswa yang memiliki *adversity quotient* dan motivasi belajar yang di bawah rata-rata.

Kemudian setelah peneliti melakukan pengambilan data untuk pra-penelitian, peneliti menentukan 10 subjek untuk tergabung dalam kelompok eksperimen dan 10 subjek kelompok kontrol berdasarkan hasil pra-penelitian untuk keefektifan intervensi, selanjutnya pembagian subjek menggunakan teknik *random assignment*, yaitu prosedur memasukkan secara acak subjek pada sampel penelitian ke dalam setiap kelompok penelitian yaitu kelompok eksperimen (KE) dan kelompok kontrol (KK) sehingga keduanya dapat dianggap setara sebelum dilakukan manipulasi (Seniati, Yulianto, & Setiadi, 2005). Setelah peneliti mendapatkan kriteria subjek

yang dibutuhkan maka akan dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Variabel dan Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan dua variabel, yaitu pelatihan *adversity quotient* sebagai variabel bebas atau disebut juga *Independent Variable* (X) dan motivasi belajar sebagai variabel terikat atau disebut juga *Dependent Variable* (Y).

Pelatihan *adversity quotient* adalah pemberian perlakuan terhadap siswa, agar siswa mampu memahami kesulitan apa saja yang sedang dialami dalam belajar, mengubah persepsi siswa tentang belajar agar lebih semangat lagi dan ketika menemukan permasalahan yang membuat semangatnya dalam belajar menurun siswa dapat mengetahui apa saja yang harus dilakukan untuk melewati hambatan tersebut, dan mengubah sikap dan perilaku siswa ketika di sekolah sehingga memiliki ketertarikan terhadap pelajaran. Pelatihan *adversity quotient* dilakukan dengan teknik penyampaian materi, penulisan *journal of dream*, dan pemutaran video yang berkaitan dengan materi.

Pelatihan ini terdiri dari beberapa sesi, yaitu berupa psikoedukasi mengenai *adversity quotient* mengenai langkah-langkah untuk membantu siswa menciptakan perbaikan dalam *adversity quotient* yang dimiliki, pembuatan *journal of dream* pada peserta, serta pemutaran video yang berkaitan dengan *adversity quotient*. Instrumen ini menggunakan skala *adversity quotient* yang dibuat oleh Rahayu (2018), yang terdiri dari 4 aspek yaitu kontrol (*Control*), asal usul masalah (*Origin and Ownership*), jangkauan (*Reach*), daya tahan (*Endurance*). Berdasarkan hasil uji validitas dan reliabilitas alat ukur skala *adversity quotient* memperoleh jumlah item valid sebanyak 14 item dan sebanyak 6 item gugur. Skala *adversity quotient* memiliki indeks reliabilitas sebesar 0,790.

Motivasi belajar adalah suatu dorongan untuk melakukan kegiatan belajar pada diri siswa sehingga membuat siswa menjadi bersungguh-sungguh ketika belajar serta bertanggung jawab terhadap pelajaran, tidak bolos pada saat pelajaran, dan mampu mencari jalan keluar untuk menyelesaikan tugas yang dianggap sulit/tidak mudah menyerah. Dengan kata lain, motivasi belajar dapat membangkitkan rasa puas dan meningkatkan prestasi belajar siswa dalam belajar (McClelland, 2005). Dengan kata lain, motivasi belajar adalah sesuatu penggerak atau dorongan di dalam diri siswa yang dapat menimbulkan kegiatan belajar yang menjamin kelangsungan dari terjadinya proses belajar dan menciptakan arah perilaku individu untuk belajar. Instrumen ini menggunakan skala motivasi belajar yang digunakan dari penelitian Poniran (2014), yang terdiri dari 5 indikator yaitu ketekunan dalam belajar, ulet dalam menghadapi kesulitan, minat dan ketajaman perhatian dalam belajar, berprestasi dalam belajar, mandiri dalam belajar. Berdasarkan hasil uji validitas dan reliabilitas alat ukur skala motivasi belajar memperoleh item valid 25 dan sebanyak 17 item gugur. Skala motivasi belajar memiliki indeks reliabilitas sebesar 0,774.

Penelitian ini menggunakan instrumen penelitian skala *adversity quotient* dan motivasi belajar. Pada penelitian ini nantinya akan mengumpulkan skor *pretest* dan *posttest* pada subjek penelitian. Skala pengukuran yang digunakan pada penelitian ini adalah skala Likert. Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan kemampuan subjek yaitu kemampuan *adversity quotient* dan kemampuan dalam motivasi belajarnya. Skala *adversity quotient* terdiri dari lima alternatif jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Ragu-ragu (N) Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Dengan memiliki masing-masing skor yang berbeda, apabila pernyataan positif (favorable) maka jawaban Sangat Sesuai (SS) skornya 5, Sesuai (S) skornya 4, Ragu-ragu (N) skornya 3, Tidak Sesuai (TS) skornya 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS)

skornya 1, sebaliknya apabila pernyataan negatif (unfavorable) jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS) skornya 5, Tidak Sesuai (TS) skornya 4, Ragu-ragu (N) skornya 3, Sesuai (S) skornya 2, Sangat Sesuai (SS) skornya 1.

Tabel 2. Contoh Item *Adversity Quotient*

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	N	TS	STS
1.	Saya adalah orang yang tetap semangat walaupun ada banyak masalah					
2.	Apabila nilai saya jelek saya akan terus belajar lebih giat					

Skala motivasi belajar terdiri dari lima alternatif jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Kurang Sesuai (KS) Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Dengan memiliki masing-masing skor yang berbeda, apabila pernyataan positif (favorable) maka jawaban Sangat Sesuai (SS) skornya 5, Sesuai (S) skornya 4, Kurang Sesuai (KS) skornya 3, Tidak Sesuai (TS) skornya 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) skornya 1, sebaliknya apabila pernyataan negatif (unfavorable) jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS) skornya 5, Tidak Sesuai (TS) skornya 4, Kurang Sesuai (KS) skornya 3, Sesuai (S) skornya 2, Sangat Sesuai (SS) skornya 1.

Tabel 3. Contoh Item *Adversity Quotient*

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	N	TS	STS
1.	Saya berusaha hadir tepat waktu untuk mengikuti pelajaran					
2.	Jika guru telah hadir di ruangan, saya memilih tidak masuk untuk belajar					

Prosedur dan Analisis Data

Penelitian ini mencakup 3 tahap pelaksanaan yaitu tahap pra-penelitian, tahap penelitian, dan pasca penelitian. Tahap pra-penelitian yang dilakukan mencakup pendalaman materi, perancangan desain penelitian, setelah itu dilakukannya penelitian. Peneliti juga menyebar skala *adversity quotient* dan motivasi belajar pada seluruh siswa kelas 7 di SMP X Malang untuk data pra-penelitian serta sekaligus menjadi *pre-test* atau sebagai kegiatan menguji keadaan awal siswa.

Setelah itu, tahap persiapan ini dimulai dari mencari referensi pelatihan *adversity quotient* sebagai pemberian perlakuan. Modul intervensi yang disusun oleh peneliti juga melalui tahap *expert judgement* yang melibatkan 1 orang dosen Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang serta 1 orang guru wakil kepala sekolah di SMP X Malang yang berlatar belakang pendidikan S1.

Tahap pemberian perlakuan atau kegiatan intervensi pada kelompok eksperimen (KE) dengan diberikannya pelatihan. Kegiatan intervensi terdiri dari 4 sesi dalam 2 kali pertemuan yang masing-masing pertemuan berdurasi kurang lebih 1 sampai 3 jam. Sesi pertama merupakan kegiatan pengenalan tentang macam-macam kesulitan/hambatan dalam hidup untuk memberikan pengetahuan mengenai langkah-langkah dalam menciptakan perbaikan dalam *adversity quotient*. Sesi kedua yaitu pembuatan *journal of dream* yang berisi tentang tujuan yang ingin dicapai dalam belajar, mengidentifikasi masalah apa saja yang terjadi dalam belajar

sehingga dapat menghambat proses pembelajaran, bagaimana mengatasi hambatan tersebut, dan alternatif respon apa lagi yang harus dilakukan ketika masalah tersebut masih belum dapat teratasi. Sesi ketiga yaitu menonton video yang berisi tentang bagaimana seseorang yang mampu menghadapi dan melewati kesulitan dalam hidupnya dan membuat dia menjadi orang yang sukses dan tentang siswa yang mengalami kesulitan untuk bangun pagi kesekolah dan ia mampu mengatasi masalah tersebut.

Setelah seluruh sesi telah dilaksanakan, peneliti mengambil data *post-test* yang berjarak 8 hari dari hari terakhir kegiatan intervensi untuk melihat pengaruh dari kegiatan pelatihan yang telah diberikan sebelumnya. Selain kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan, kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan juga diminta mengisi skala *post-test* untuk melihat perbedaannya dengan kelompok eksperimen.

Tahap terakhir yakni tahap pasca penelitian. Tahapan ini mencakup kegiatan pengolahan data, analisa data, dan pengambilan kesimpulan penelitian berdasarkan hasil analisa data. Adapun tahap analisa data dilakukan dengan melihat perubahan pada rata-rata *adversity quotient* dan motivasi belajar dari *pretest* dan *post-test* masing-masing kelompok penelitian. Setelah itu untuk melihat signifikansi perubahannya peneliti menggunakan SPSS versi 21 dengan uji *Paired Sample T-Test* jika data berdistribusi normal. Perubahan *pre-test* dan *post-test* dapat dikatakan signifikan jika nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* < 0,05. Uji normalitas yang digunakan untuk menguji data berdistribusi normal atau tidak menggunakan uji *Shapiro Wilk* karena uji normalitas ini valid dan efektif untuk sampel yang berjumlah kecil. Setelah itu jika data dapat dikatakan normal jika nilai *sig.* > 0,05. Peneliti juga menggunakan uji *Independent Sample T-Test* untuk melihat signifikansi perbedaan *gain score* motivasi belajar antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

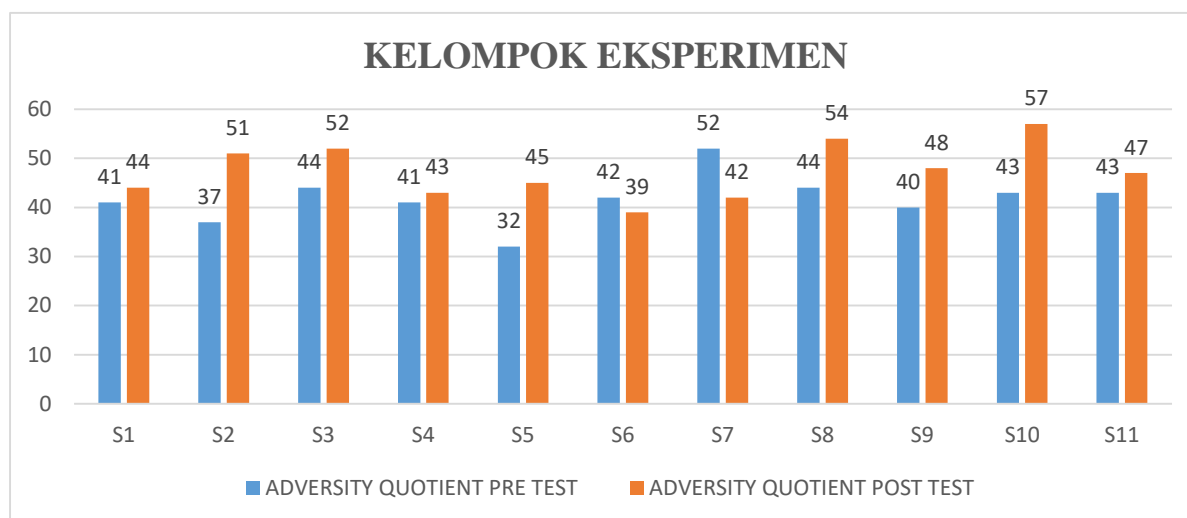
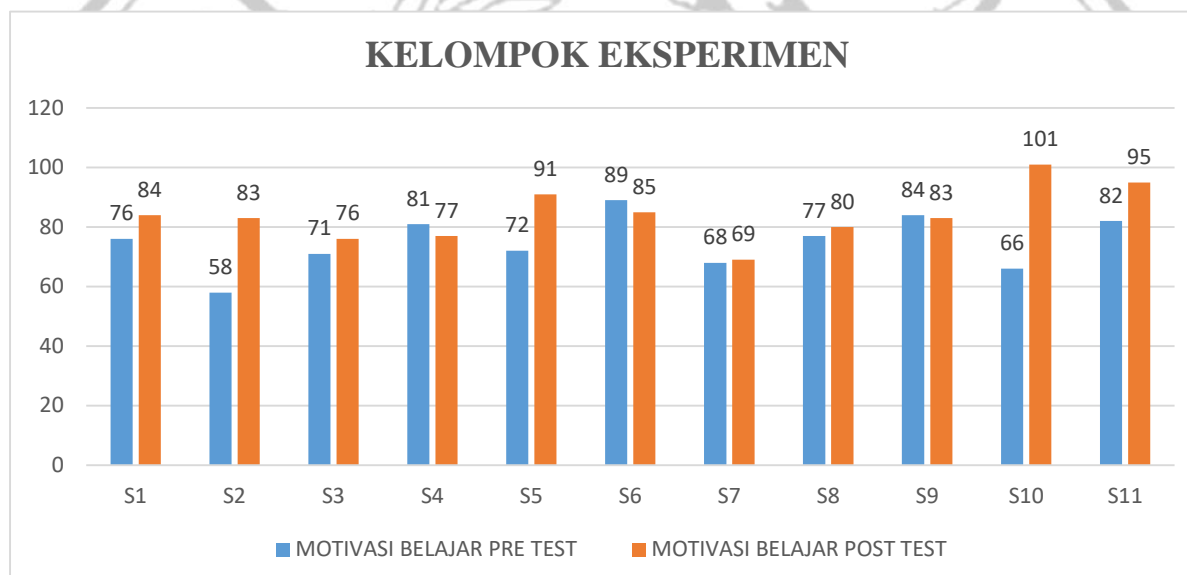
HASIL PENELITIAN

Penelitian yang telah dilakukan adalah diberikannya intervensi berupa pelatihan *adversity quotient* untuk meningkatkan motivasi belajar pada siswa, diperoleh beberapa hasil yang akan dipaparkan di bawah ini. Karakteristik subjek yang telah berpartisipasi dalam kegiatan penelitian ini siswa yang duduk di kelas 7 Sekolah Menengah Pertama usia antara 11-14 tahun. Jumlah subjek pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol ini mengalami perubahan dari jumlah subjek yang telah ditentukan pada rancangan penelitian awal karena beberapa hal. Kelompok eksperimen mengalami penambahan subjek sebanyak 1 orang, sehingga subjek pada kelompok eksperimen berjumlah 11 orang. Sedangkan pada kelompok kontrol tetap 10 subjek hingga diberikannya *post-test*. Berikut merupakan penjabaran hasil penelitian kuantitatif.

Tabel 4. Deskriptif Hasil Uji *Paired Sample T-Test* Kelompok Eksperimen

Skala	Rata-rata		t	Sig. (2-tailed)
	<i>Pre-Test</i>	<i>Post-Test</i>		
<i>Adversity Quotient</i>	41,73	47,45	-2,524	0,030
Motivasi Belajar	74,91	84,00	-2,381	0,039

Berdasarkan hasil di atas, diketahui bahwa pada kelompok eksperimen terjadi peningkatan skor rata-rata *adversity quotient* (AQ) dari 41,73 menjadi 47,45, peningkatan skor rata-rata motivasi belajar dari 74,91 menjadi 84,00. Selanjutnya untuk melihat seberapa signifikan perubahan skor rata-rata dari kelompok eksperimen ketika sebelum diberi pelatihan dan setelah diberi pelatihan. Peneliti menggunakan uji *Paired Sample T-Test* menggunakan aplikasi SPSS untuk menganalisa data tersebut.

Gambar 2. Skor Pre Test dan Post Test Adversity Quotient Kelompok Eksperimen**Gambar 3. Skor Pre Test dan Post Test Motivasi Belajar Kelompok Eksperimen**

Berdasarkan data yang diperoleh, diketahui bahwa pada kelompok eksperimen seluruh perubahan skor rata-rata memiliki $\text{sig. (2-tailed)} < 0,05$. Hal ini mengindikasikan bahwa perubahan skor rata-rata *pre-test* dan *post-test* pada pengukuran *adversity quotient* (AQ) dan motivasi belajar yang dimiliki subjek dalam kelompok eksperimen ini menunjukkan perubahan yang signifikan.

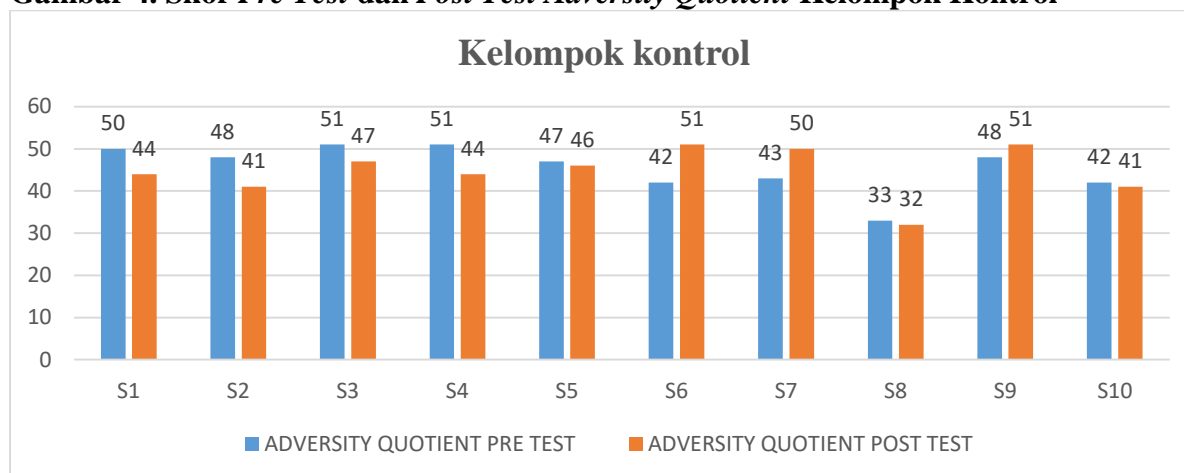
Tabel 5. Deskriptif Hasil Uji Paired Sample T-Test Kelompok Kontrol

Skala	Rata-rata		t	Sig. (2-tailed)
	Pre-Test	Post-Test		
<i>Adversity Quotient</i>	45,50	44,70	0,449	0,664
<i>Motivasi Belajar</i>	76,80	80,00	-1,458	0,179

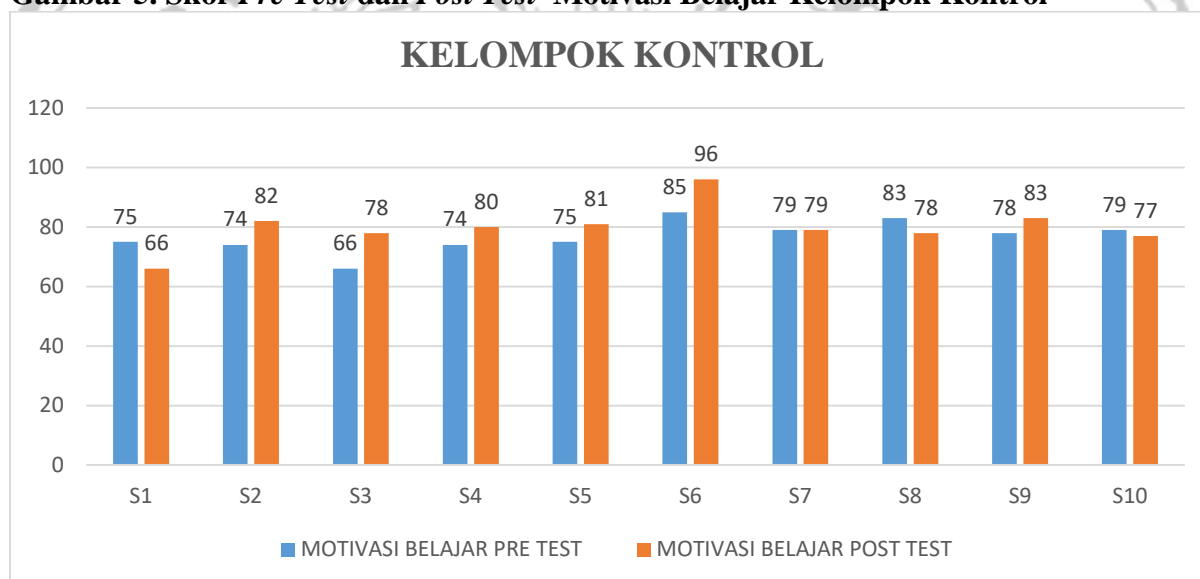
Pada kelompok kontrol yang tidak diberi pelatihan menunjukkan hasil pada skor rata-rata *adversity quotient* (AQ) cenderung sedikit menurun, yakni skor rata-rata *adversity quotient*

(AQ) menurun dari 45,50 menjadi 44,70 sedangkan pada skor rata-rata motivasi belajar mengalami peningkatan sedikit dari 76,80 menjadi 80,00.

Gambar 4. Skor *Pre Test* dan *Post Test Adversity Quotient* Kelompok Kontrol



Gambar 5. Skor *Pre Test* dan *Post Test* Motivasi Belajar Kelompok Kontrol



Kemudian pada kelompok kontrol ini diketahui bahwa seluruh perubahan skor rata-rata memiliki nilai *sig. (2-tailed)* $> 0,05$. Berbeda dengan kelompok eksperimen yang telah diberi perlakuan berupa pelatihan yang mengalami perubahan signifikan. Sedangkan hasil pada kelompok kontrol mengindikasikan bahwa tidak ada perubahan yang signifikan antara skor rata-rata *pre-test* dan *post-test* dari *adversity quotient* (AQ) dan motivasi belajar pada kelompok kontrol.

Selanjutnya peneliti akan memaparkan hasil dari uji *Independent Sample T-Test* untuk melihat seberapa signifikan perbedaan antara perubahan skor rata-rata motivasi belajar pada subjek kelompok eksperimen yang telah diberikan perlakuan berupa pelatihan dan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan.

Tabel 6. Deskriptif Hasil Uji *Independent Sample T-Test*

Kelompok	N	Rata-Rata Gain Score	t	Sig. (2-tailed)
Eksperimen	11	0,27	0,848	0,407
Kontrol	10	0,13		

Berdasarkan hasil yang telah dipaparkan pada tabel di atas, diketahui bahwa rata-rata *gain score* atau rata-rata selisih *pre-test* dan *post-test* motivasi belajar pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan rata-rata *gain score* pada kelompok kontrol. Akan tetapi, pada uji *Independent Sample T-Test* bahwa nilai *sig. (2-tailed)* adalah $0,407 > 0,05$ yang mengindikasikan bahwa perbedaan antara rata-rata *gain score* motivasi belajar pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan.

Selain penjabaran hasil kuantitatif di atas, peneliti juga membuat alat ukur berupa pertanyaan kualitatif sebagai alat ukur pendukung untuk subjek yang mengikuti pelatihan. Alat ukur ini tidak memiliki nilai/skor di setiap jawaban yang diberikan oleh subjek, alat ukur ini akan menjadi hasil evaluasi belajar siswa setelah diberikannya pelatihan.

Pada pertanyaan pertama tentang manfaat dari pelatihan itu apakah dapat meningkatkan motivasi belajar. Semua subjek yang mengikuti pelatihan menjawab bahwa pelatihan yang diberikan dapat meningkatkan motivasi belajar. Alasan mengapa subjek merasa bahwa pelatihan ini sangat bermanfaat adalah mengetahui bahwa masalah yang sedang mereka hadapi bukan sebagai penghalang mereka untuk tetap menuntut ilmu di sekolah, salah satunya adalah adanya masalah yang membuat ia menjadi malas ke sekolah adalah takutnya di *bully* oleh teman-temannya, tetapi ia perlahan mencoba untuk tidak menghiraukan *bully* an dari teman-temannya kepadanya. Pada evaluasi belajar ini juga ditanyakan perihal bagaimana subjek menghadapi masalah atau kesulitan yang berkaitan dengan motivasi belajar, dengan menciptakan cara atau membuat alternatif dalam menyelesaikan masalah.

Subjek 1 atau disingkat S1 menjawab bahwa ia akan tetap mencoba untuk semangat datang ke sekolah meski banyak yang membully, namun dia mencoba untuk tidak menghiraukan ocehan teman-temannya terhadapnya, dan saat ia masih malas untuk belajar cara alternatif yang dia lakukan ialah dia akan belajar sedikit demi sedikit. S2 menjawab bahwa cara alternatif yang dia lakukan untuk tetap semangat dalam belajar adalah agar PR tidak menumpuk dia tidak akan mengerjakan PR mendadak, ia juga sebelumnya mengalami kesulitan untuk bangun pagi sehingga ia mengusahakan untuk pergi ke sekolah tepat waktu, dan ketika berada di rumah ia membatasi untuk bermain *handphone*.

S3 dan S4 menjawab bahwa ia mencoba hal lain atau yang lebih kreatif dalam belajar agar tidak bosan dan awalnya tidak menyukai pelajaran dan mencoba untuk lebih menyukai pelajaran secara perlahan-lahan. S5 menjawab bahwa awalnya ia malas untuk belajar akan tetapi agar tidak malas lagi saya mengikuti les di luar jam sekolah dan mencoba untuk belajar di sana, dan ketika mendapat soal pelajaran yang sulit ia akan tetap mencoba dari yang lebih mudah dan jika tidak paham akan bertanya kepada guru di sekolah atau guru les.

S6 merupakan subjek yang memakai alat bantu dengar sehingga harus di jelaskan berkali-kali bagai mana menjawab soal ini, adapun ia menjawab bahwa ia juga sering di *bully* karena keterbatasan yang ia alami sehingga membuat ia takut untuk pergi ke sekolah dan membuat ia malas untuk belajar, akan tetapi setelah mengikuti pelatihan ia mencoba untuk tidak berteman dengan orang yang suka mengganguya di sekolah dan ketika di ajak teman bermain sepulang sekolah ia mencoba menolak dan langsung pulang ke rumahnya.

S7 merasa sebelum mengikuti pelatihan ia merasa sangat tidak suka belajar dan malas untuk mengikuti pelajaran di dalam kelas karena terkadang ia sulit memahami pelajaran yang di jelaskan oleh gurunya di depan kelas, akan tetapi selama seminggu setelah pelatihan ia mencoba untuk membaca kembali buku pelajaran yang ia tidak mengerti dan jika masih belum mengerti ia akan bertanya kepada teman atau kakaknya tentang pelajaran yang ia tidak pahami. Berbeda dengan S8 ketika ia mengalami penurunan dalam belajarnya yang menyebabkan ia malah untuk belajar dan mengerjakan tugas ia akan mengingat kembali apa yang akan terjadi jika ia tidak naik kelas, dan saat ia mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas ia akan mencari jawaban dibuku atau bertanya kepada temannya.

S9 mengatakan bahwa awalnya ia malas belajar karena belajar itu tidak enak, akan tetapi setelah mengikuti pelatihan dan melihat di luar sana ada yang fisiknya ga sempurna akan tetapi tetap berusaha, ia pun berpikir kembali bahwa sebenarnya belajar itu penting. Ketika ia mulai malas lagi dalam belajar ia akan membayangkan kembali cita-citanya yang ingin menjadi tentara.

S10 menceritakan apa yang membuat ia semangat untuk belajar setelah ia mengikuti pelatihan ini adalah ketika ada masalah yang sedang terjadi ia akan mencoba untuk menyelesaikannya dengan kepala dingin, tidak mudah putus asa dan ia pernah mem-bully temannya sehingga membuat ia hampir di *skorsing* akan tetapi ia memberanikan diri untuk meminta maaf kepada temennya sehingga membuat ia tidak jadi di *skorsing* oleh gurunya. S11 mengatakan bahwa setelah ia mengikuti pelatihan ini ia sering terlambat ke sekolah karena kesiangn, akan tetapi ia mencoba mencari cara bagaimana ia dapat bangun pagi ia pun meminta orang tuanya untuk membangunin dia lebih awal agar tidak terlambat lagi ke sekolah.

DISKUSI

Pelatihan ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan *adversity quotient* untuk meningkatkan motivasi belajar pada siswa kelas 7 SMP X Malang. Setelah dilakukannya penelitian, hasil yang didapatkan diketahui bahwa pelatihan *adversity quotient* dapat meningkatkan motivasi belajar pada siswa kelas 7 SMP X Malang namun dengan perubahan yang tidak signifikan.

Selain itu, diketahui juga bahwa pada kelompok eksperimen yang diberikan pelatihan memiliki perubahan rata-rata skor yang lebih tinggi dibandingkan perubahan rata-rata skor kelompok kontrol yang tidak diberikan pelatihan. Perubahan rata-rata skor pada kelompok eksperimen jika dilihat dari *pre-test* dan *post-test* nya mengalami perubahan yang signifikan, sedangkan pada kelompok kontrol perubahan rata-rata skor *pre-test* dan *post-test* mengalami perubahan yang tidak signifikan.

Adversity quotient merupakan kecerdasan seseorang dalam menghadapi kesulitan atau hambatan yang terjadi dalam hidupnya, AQ dapat membantu siswa dalam meningkatkan potensi diri ketika menjalani kehidupan dan sebagai pembinaan mental bagi siswa untuk menghindari masalah psikologis.

Beberapa subjek mengatakan ia akan semangat dalam belajarnya apabila ia mengingat kembali cita-cita yang ingin ia capai sehingga ia berusaha dengan keras untuk tetap semangat belajar meski ada permasalahan atau kesulitan yang ia temui ketika sedang menuntut ilmu. Hal ini

sesuai dengan yang dikatakan oleh Dr. Ir. Illah Sailah M. S. selaku Direktur Pembelajaran dan Kemahasiswaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Kementerian Pendidikan Nasional bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi motivasi berprestasi adalah cita-cita (Nurhayati & Fajrianti, 2015).

Pendekatan pelatihan dipilih karena pelatihan merupakan metode pembelajaran yang bertujuan untuk mengubah aspek kognitif, afektif, serta hasil keterampilan atau keahlian. Melalui pelatihan hal pertama yang dilakukan oleh peserta adalah peserta diarahkan untuk menyadari suatu keterampilan atau keahlian yang dimiliki dan menyadari komponen atau langkah-langkah yang perlu dilakukan agar keterampilan yang dimiliki dapat dikuasai dengan baik (Utami, Nashori & Rachmawati, 2014). Salah satu keunggulan dari pelatihan ini juga peserta tidak belajar seorang diri namun terbentuk dalam suatu kelompok.

Pada saat pelatihan siswa yang biasanya terlihat diam dan selalu menyendiri ketika di sekolah terlihat aktif dan mulai belajar membuka diri dengan teman-teman yang tergabung dalam kelompok pelatihan, walau diawal sempat merasa takut diejek atau ditertawakan oleh teman-temannya. Siswa juga diminta untuk membuat *journal of dream* dan bercerita di depan teman-teman tentang permasalahan yang ditulis pada lebar *journal of dream* apa saja hambatan dan permasalahan yang sedang ia hadapi sehingga membuat ia malas atau tidak termotivasi dalam belajar, sehingga terbentuknya suasana yang membuat teman lainnya memahami permasalahan yang sedang di hadapi dan jika permasalahannya sama teman-teman dapat saling membantu memberi pendapat bagaimana memecahkan masalah tersebut. Hal ini didukung oleh Laursen menjelaskan bahwa teman sebaya yang positif akan sangat membantu remaja memahami bahwa mereka tidak sendiri dalam menghadapi tantangan dalam memenuhi tugas-tugasnya (Suciani & Safitri, 2014).

Peningkatan motivasi belajar yang terjadi dalam penelitian ini dikarenakan Pelatihan *adversity quotient* ini mengajarkan siswa untuk mengetahui keterampilan apa saja yang dimiliki sehingga keterampilan tersebut mampu mengembangkan motivasi belajar siswa di sekolah. Hal tersebut yang memungkinkan terjadinya peningkatan skor rata-rata motivasi belajar pada siswa yang mengikuti pelatihan atau yang tergabung dalam kelompok eksperimen. Faktor lain yang mendukung keberhasilan pemberian pelatihan *adversity quotient* adalah materi yang diberikan kepada siswa disusun secara sistematis dan menarik sehingga membuat peserta pelatihan memahami dengan mudah materi yang diberikan.

Meski pelatihan *adversity quotient* yang diberikan dapat berpengaruh dalam meningkatkan motivasi belajar pada siswa yang tergolong dalam kelompok eksperimen. Jika dilihat dari perubahan *gain score* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dan dilakukan uji *Independent Sample T-Tets* tidak mengalami perubahan yang signifikan. Hal ini mengindikasikan bahwa kegiatan intervensi yang diberikan pada kelompok eksperimen memunculkan beberapa perbedaan dengan kelompok kontrol yang tidak diberi kegiatan intervensi, namun perbedaan yang muncul tersebut belum signifikan. Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi perubahan yang tidak signifikan pada perubahan *gain score* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol ini akan diuraikan sebagai berikut.

Pertama, ialah faktor usia subjek yang berpartisipasi dalam penelitian ini. Subjek penelitian ini ialah individu dengan rentang usia 11-14 tahun yang mana usia tersebut masih tergolong dalam tahap perkembangan kanak-kanak akhir dan baru memasuki tahap perkembangan remaja awal. Subjek penelitian merupakan siswa kelas 7 yakni siswa tahun pertama yang memasuki jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP).

Subjek pada kelompok eksperimen berada para rentan usia 11-14 tahun, sedangkan pada kelompok kontrol berada pada rentan 12-14 tahun dan mayoritas usia 14 tahun. Subjek yang tergolong dalam kelompok kontrol juga terbilang memiliki sosial yang baik dengan lingkungan di sekolahnya atau pun di rumah dan banyak mengikuti ekstrakurikuler hingga pernah dikirim oleh sekolah untuk mengikuti ajang kejuaraan sehingga kelekatan sosialnya lebih baik dibandingkan siswa yang tergolong dalam kelompok eksperimen. Hal tersebut bisa saja menjadi pengaruhi mengapa setelah pemberian *post-test* kelompok kontrol tetap mengalami peningkatan meski tidak mengalami perubahan yang signifikan.

Hal ini yang membuat subjek berada dalam tahap adaptasi dengan keadaan disekitarnya, seperti guru, teman-teman, jadwal kegiatan, dan pengalaman-pengalaman baru yang di dapatkan selama berada di Sekolah Menengah Pertama, di mana mereka di tuntut untuk menyelesaikan setiap masalah yang ada pada mereka dengan diri mereka sendiri. Sesuai dengan yang dinyatakan oleh Nicolson & Ayers (2004) secara kognitif individu yang berada pada masa remaja dituntut untuk mencapai tahap operasional formal yang berarti mereka harus dapat bernalar secara abstrak dan logis dalam mempertimbangkan setiap permasalahan atau aktivitas yang sedang dialami dan tidak akan terlepas. Pada kelompok kontrol terdapat rentan usia yang terbilang lebih besar sehingga pertumbuhan kognitif dan sosialnya juga lebih mudah memahami kondisi yang dialaminya sehingga mampu berubah selama 2 minggu setelah diberikannya *pre-test*.

Kedua, ditinjau dari hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan, banyak siswa yang membutuhkan dukungan sosial dalam terbentukkan motivasi dalam belajar. Menurut Sarafino (2002) dukungan sosial juga dapat bersumber dari orang yang dicintai, guru, keluarga, teman, rekan kerja, dosen, psikolog atau anggota organisasi lainnya. Diketahui bahwa subjek yang tergabung dalam kelompok eksperimen memiliki latar belakang yang berbeda-beda.

Ada satu subjek yang kemampuan pendengarannya kurang sehingga subjek tersebut memakai alat bantu dengar sehingga terkadang sering di *bully* oleh teman-teman di sekolahnya dan tak jarang menjadi bahan kekerasan fisik oleh teman-temannya, tidak hanya itu kebanyakan subjek yang tergabung dalam kelompok eksperimen sering mengalami kekerasan dari temannya yang mungkin berawal dari bercanda, hal tersebut membuat beberapa subjek ini takut dan tidak ingin untuk pergi ke sekolah. Hal ini yang sempat menjadi hambatan dalam terlaksananya pelatihan karena peserta yang masih memiliki trauma terhadap sosialnya. Sesuai dengan yang di tulis oleh Gartner, Kohler & Riessman (1971) mengatakan bahwa teman sebaya dapat menjadi guru bagi temannya di sekolah, sehingga dengan adanya kelekatan terhadap teman secara tidak langsung dapat membuat semangat belajar dan pemahaman dalam belajar menjadi lebih baik. Teman sebaya mampu memberi sumber terbesar dalam memotivasi siswa, sehingga dalam proses belajar akan sangat berperan mempengaruhi naik atau turunnya prestasi dan harga diri pada siswa.

Selain kurangnya dukungan yang di berikan oleh teman sebaya, ada juga subjek yang merasa guru disekolah tidak memahami kondisi yang sedang dialami oleh subjek sehingga guru di sekolah terkadang memarahi subjek ketika subjek kurang memahami soal di kelas. Faktor dari orang terdekat seperti orang tua juga sangat berpengaruh terhadap semangat belajar pada anak. Anak sering melihat permasalahan keluarga di rumah dan terkadang ia juga menjadi objek sasaran perkuliahan orang tuanya. Hal tersebut berkaitan dengan pernyataan bahwa masa remaja di kenal dengan masa *storm and stress* di mana terjadi emosi yang naik turun dimana diiringi dengan pertumbuhan fisik dan psikis yang berbeda-beda. Pada masa ini ketika anak-

anak tidak mengerti dan belum siap untuk perubahan yang terjadi dalam kehidupan mereka, mereka akan sulit untuk mengatasi masalah sendiri dan kesulitan itu akan memburuk jika tidak adanya bimbingan dari orang tua atau guru (Listiawati & Sebayang, 2019).

Faktor terakhir dan mungkin yang paling besar pengaruhnya terhadap ketidak signifikanan perubahan *gain score* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah minat belajar pada subjek eksperimen yang rendah dibandingkan subjek pada kelompok kontrol. Hal ini terlihat ketika diwawancarai. Dimana kelompok kontrol mendengar bahwa ada pelatihan yang di berikan kepada beberapa siswa dan mereka tertarik untuk ikut, sehingga ketika di berikannya *post-test* pada minggu terakhir mereka menjawab *post-test* tersebut dengan semangat agar dapat mengikuti pelatihan yang sebelumnya sudah dilaksanakan pada subjek yang tergolong kelompok eksperimen.

Setiap jenis minat yang dimiliki siswa berpengaruh dan berfungsi dalam memenuhi kebutuhan, sehingga semakin kuat rasa terhadap kebutuhan pada suatu hal maka semakin besar juga minat siswa untuk memenuhi kebutuhan tersebut. Minat selalu terkait dengan persoalan kebutuhan dan keinginan. Sejalan dengan yang dikatakan Hansen bahwa minat belajar siswa erat kaitannya dengan kepribadian, motivasi, ekspresi dan konsep diri atau identitas (Fauziah, Rosnaningsih, & Azhar, 2017). Diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fauziah, Rosnaningsih, & Azhar (2017) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dengan minat belajar siswa kelas IV SDN Poris gaga 05 Kota Tangerang.

Terkait proses perancangan kegiatan, peneliti melakukan randomisasi subjek untuk dibagi ke dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Namun, randomisasi yang dilakukan oleh peneliti masih belum maksimal dan sepenuhnya bebas bias. Randomisasi subjek menurut Latipun (2017) dibagi dengan jumlah yang sama pada masing-masing kelompok dengan dilakukan pertimbangan tertentu untuk menghindari adanya bias atau kesalahan sistematis yang dapat dilakukan oleh peneliti dan seluruh subjek memiliki kesempatan yang sama untuk tergabung dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Randomisasi subjek dilakukan dengan cara menentukan jumlah subjek yang memiliki skor dibawah rata-rata pada pengukuran *adversiti quotient* dan motivasi belajar, setelah itu subjek yang termasuk di dalam skor di bawah rata-rata *adversity quotient* maupun motivasi belajar dibagi ke dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Setelah itu, nama-nama subjek dimasukkan ke dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan cara manual sesuai bobot nilai subjek. Akan tetapi cara randomisasi yang dilakukan oleh peneliti masih memiliki keterbatasan, seperti adanya pertimbangan siswa yang direkomendasikan oleh sekolah untuk mengikuti pelatihan.

Terkait proses pelatihan dalam penelitian ini, diketahui dari sesi *monitoring* disetiap sesi kegiatan intervensi, sesi yang paling memberikan kesan dan paling disenangi bagi subjek ialah sesi video. Hal ini juga terlihat dari perilaku subjek yang lebih aktif, seperti bertanya kepada teman atau trainer tentang video serta dapat menceritakan intisari dari video yang telah di tonton. Hasil *monitoring* ini juga dapat menjadi pertimbangan bahwa sesi video ini yang dinilai cukup efektif untuk dimasukkan sebagai sesi pelatihan *adversity quotient* dan diberikan pada individu yang berada pada rentan usia yang sama dengan subjek dalam penelitian ini.

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa pelatihan *adversity quotient* dapat meningkatkan motivasi belajar pada siswa kelas 7 SMP X Malang karena terlihat dari peningkatan skor motivasi belajar yang signifikan sehingga ditemukan perubahan yang bermakna setelah diberikannya perlakuan kepada subjek dalam kelompok eksperimen. Meski pelatihan ini mampu meningkatkan motivasi belajar pada siswa yang mengikuti pelatihan tersebut, data selisih *gain score* motivasi belajar pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tidak menunjukkan perbedaan selisih yang signifikan. Tentunya terdapat beberapa faktor sehingga menyebabkan perubahan motivasi belajar pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menjadi tidak signifikan. Terdapat keterbatasan dalam penelitian ini yaitu, ketika mengembangkan prosedur pembuatan modul untuk siswa yang berusia remaja masih kurang detail perihal pemberian materi disetiap sesi untuk meningkatkan motivasi belajar melalui *adversity quotient*.

Selanjutnya berdasarkan kekurangan dari penelitian ini, jika ada peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian serupa, diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan lebih memperhatikan materi apa yang dapat meningkatkan motivasi belajar melalui AQ dan jika dilakukan ulang kepada siswa remaja awal, di harapkan untuk menggunakan pembahasan yang lebih sederhana agar mudah dipahami oleh siswa dan membuat sesi yang lebih menarik sehingga tidak monoton hanya pada pemberian materi yang membuat anak-anak merasa bosan, atau pelatihan ini juga bisa diberikan kepada siswa yang masuk tahun kedua karena pada usia perkembangan kognitifnya sudah mulai komplek dibandingkan siswa yang masih berada pada tahun pertama. Serta dalam melakukan randomisasi pada subjek diharapkan lebih maksimal untuk meminimalisir kesalahan sistematis dalam penelitian.

Berdasarkan analisis kualitatif diperoleh bahwa siswa mendapatkan beberapa manfaat selama mengikuti pelatihan *adversity quotient* ini, seperti lebih semangat bangun pagi untuk pergi ke sekolah, membuka pikiran tentang pentingnya belajar agar cita-cita yang diinginkan dapat tercapai, mampu berpikir positif, mengetahui bagaimana cara untuk memecahkan atau menghadapi kesulitan atau permasalahan di rumah maupun di sekolah yang dapat menurunkan motivasi belajar, tidak mudah berputus asa dengan hal yang belum sempat tercapai, mengetahui bahwa diluar sana ada yang fisiknya tidak sempurna namun semangatnya dalam mencapai kesuksesan sangat besar sehingga membuat siswa semakin percaya diri bahwa dirinya lebih mampu untuk mencapai kesuksesan yang ingin diraih, memiliki rasa peduli terhadap teman, akan tetapi jika ada teman yang jai terhadapnya dia mampu untuk lebih bersabar dan memilih tidak menghiraukan perkataan teman yang dapat menjatuhkan semangatnya untuk belajar, dan lebih fokus dengan tujuan yang mana yang harus diutamakan untuk diselesaikan.

Adapun berdasarkan hasil penelitian ini ditemukan implikasi yang ditujukan kepada siswa yang menjadi subjek penelitian untuk lebih semangat dalam belajar, dan jika ada kesulitan atau masalah yang membuat motivasi belajar menurun, maka pertama-tama untuk mencari tahu terlebih dahulu masalah apa yang membuat motivasi belajar jadi menurun dan berusaha untuk mengatasi masalahnya terlebih dahulu sehingga dapat berpengaruh juga ke motivasi belajarnya. Selain kepada subjek, implikasi juga ditujukan kepada lembaga sekolah untuk memperhatikan kesehatan psikologis siswa terutama untuk siswa baru yang berada pada tahun pertama dimana siswa tersebut masih beradaptasi dengan lingkungan baru dan perubahan perkembangan, sehingga dibutuhkan adanya lulusan psikologi atau BK di sekolah tersebut.

REFERENSI

- Abror, A. R. (2003). Psikologi Pendidikan. Yogyakarta: Tiara Wacana.
- Bandura, A. (1997). Self efficacy: The exercise of control. New York: W.H.
- Fauziah, A., Rosnaningsih, A., & Azhar, S. (2017). Hubungan antara motivasi belajar dengan minat belajar siswa kelas IV SDN Poris Gaga 05 Kota Tangerang. *Jurnal JPSPD*, 4(1), 47-53.
- Gartner, A., Kohler, M. C., & Riessman, F. (1971). Every child a teacher. *Childhood Education*, 48(1), 12-16.
- Goldstein & Gressner. (1988). Sumber Daya Manusia dan Produktivitas Kerja. Bandung: Mandar Maju.
- Harjani, E. (2019). Hubungan Antara Kecerdasan *Adversity* Dengan Motivasi Belajar Pada Siswa Kelas XI Di SMK N 1 Kalasan. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 5(1), 71-80.
- Hasan, N. P., Dewi, E. M. P., & Ridfah, A. (2017). Efektivitas Pelatihan *Adversity Quotient* Untuk Meningkatkan Motivasi Berprestasi Siswa. *Lentera Pendidikan: Jurnal Ilmu Tarbiyah dan Keguruan*, 20(2), 150-157.
- Kholid, Idham. (2017). Motivasi dalam Pembelajaran Bahasa Asing. *Jurnal Tadris*, vol 10 No.1.
- Kurniawan, J. (2016). Pengaruh *adversity quotient* terhadap motivasi belajar siswa pada mata pelajaran ekonomi di SMA N 09 Pontianak. *Skripsi*. FKIP-UNTAN.
- Listiawati, N., & Sebayang, S. K. (2019). The association between sociodemographic factors and teachers' guidance towards students' *adversity quotient*. *Indonesian Journal of Education*, 11(2), 109-116. doi: 10.17509/ije.v11i2.14504.
- Mariyam, S., Triwoelandari, R., & Nawawi, H. K. (2018). Pengaruh Metode Resitasi Terhadap Motivasi Belajar Pendidikan Agama Islam (PAI) Siswa kelas VII SMP Pembangunan Bogor. *e-Jurnal Mitra Pendidikan*, 2(11), 1282-1296.
- McClelland, D.C. (2005). *Studies in Motivation*. New York: Appleton Crafts.
- Munandar, A. S. (2001). Psikologi Industri dan Organisasi. Jakarta: UI Pers.
- Napitupulu, L., Nashori, H. F., & Kurniawan, I. N. (2007). Pelatihan *Adversity Intelligence* untuk Meningkatkan Kebermaknaan Hidup Remaja Panti Asuhan. *Jurnal Psikologika*, 12 (2), 43-56.
- Nas, S. (2019). Pengaruh *Adversity Quotient*, Motivasi Belajar, dan Persepsi Siswa Tentang Cara Mengajar Guru Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas IX SMPN Se-Kecamatan Wara Utara Kota Palopo. *Pedagogy: Jurnal Pendidikan Matematika*, 3(2).
- Nilconson, D., & Ayers, H. (2004). *Adolescent Problems*. London: David Fulton Publishers.
- Nurhayati & Fajrianti, N. (2015). Pengaruh *Adversity Quotient* (AQ) dan Motivasi Berprestasi terhadap Prestasi Belajar Matematika. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*, 3(1).
- Ormrod, J. E. (2009). Psikologi Pendidikan membantu siswa tumbuh dan berkembang edisi keenam. Jakarta: Erlangga.
- Pintrich, P. R., Smith, D. A. F., Garcia, T., & McKeachie, W. J. (1991). A manual for the use of the motivated strategies for learning questionnaire (MSLQ). Technical Report No. 91-B-004. The Regents of The University of Michigan.
- Poniran, S. W. (2014). Hubungan antara Motivasi Belajar Siswa Dengan Pemanfaatan Fasilitas Belajar Di Sekolah Pada Siswa Kelas XI IPA SMA Negeri 1 Natar Lampung Selatan tahun pelajaran 2012/2013.
- Prayitno, E. (2003). Motivasi dalam Belajar. Jakarta: Depdikbud.
- Rahayu, I. F. (2018). Hubungan antara *Adversity Quotient* dengan motivasi berprestasi dimoderatori jenis kelamin pada siswa SMP Negeri 1 Tekung Lumajang (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).

- Rahim, A. A. (2017). Hubungan antara Resiliensi dengan Motivasi Belajar: (Pada Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Long Ikis). *Jurnal Online Psikologi*. ISSN, 2477-2674. Vol. 5, No. 3.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development*. Jakarta: Erlangga.
- Sarafino, E. P. (2002). "Health Psychology: Biopsychosocial Interactions", Fourth Edition. New Jersey: HN Wiley.
- Sardiman A.M., (2012). *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.
- Schunk, D. H., & Pintrich, P. R (1996). *Motivation in Education. Theory, Research, and Applications*. New Jersey: Prentice Hall Inc.
- Seniati, L., Yulianto, A., & Setiadi, B. N. (2005). *Psikologi Eksperimen*. Jakarta: Tunas Jaya Lestari.
- Shaleh, A. R, & Wahab. M. A. (2005). *Psikologi Suatu Pengantar Dalam Perspektif Islam*. Jakarta: Prenada Media.
- Shen, C.Y. (2014). A study investigating the influence of demographic variables on adversity quotient. *The Journal of Human Resource and Adult Learning*, 10(1), 22-32.
- Siregar, E. (2011). *Teori belajar dan pembelajaran*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Stoltz. G. P. (2000). *Adversity Quotient : Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*. Jakarta : PT Gramedia Indonesia.
- Stoltz, G.P. (2007). *Adversity Quotient: Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*, alih bahasa: Hermaya.T. Jakarta: PT Grasindo.
- Stoltz, Paul G. (2005). *Adversity Quotient: Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*. Terjemahan: T. Hermaya. Jakarta: PT. Gramedia.
- Suciani, D., & Safitri, S. (2014). Hubungan dukungan sosial dengan motivasi belajar pada mahasiswa Universitas Esa Unggul. *Jurnal Psikologi Esa Unggul*, 12(02), 126-130.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung: PT Alfabeta.
- Uno, H. (2011). *Teori motivasi dan pengukurannya : analisis di bidang pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Utami, S., Nashori, F., & Rachmawati, M. A. (2014). Pengaruh pelatihan adversity quotient untuk meningkatkan motivasi belajar siswa sekolah menengah pertama. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 6(1), 131-149.
- Vinas, D. K. D., & Malabanan, M. G. A. (2015). Adversity Quotient and Coping Strategies of College Students in Lyceum of the Philippines University. *Asia Pacific Journal of Education, Arts and Sciences*, 2(3), 68-72, 2015.
- Yuliany, N. (2018). Hubungan Antara Motivasi Belajar dan Hasil Belajar Siswa SDN Emmy Saelan Makassar. *Auladuna: Jurnal Pendidikan Dasar Islam*, 5(2), 126-137.



LAMPIRAN 1
(Output Data Excel)

1. Karakteristik Subjek Kelompok Eksperimen

Subjek	L/P	Usia	Kelas
S1	L	13 Tahun	7
S2	P	13 Tahun	7
S3	P	13 Tahun	7
S4	L	14 Tahun	7
S5	L	13 Tahun	7
S6	L	11 Tahun	7
S7	L	13 Tahun	7
S8	L	13 Tahun	7
S9	L	13 Tahun	7
S10	P	13 Tahun	7
S11	L	13 Tahun	7

2. Karakteristik Subjek Kelompok Kontrol

Subjek	L/P	Usia	Kelas
S1	P	13 Tahun	7
S2	P	14 Tahun	7
S3	P	13 Tahun	7
S4	L	14 Tahun	7
S5	L	14 Tahun	7
S6	P	13 Tahun	7
S7	P	13 Tahun	7
S8	L	12 Tahun	7
S9	L	14 Tahun	7
S10	L	13 Tahun	7

3. Deskriptif Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test* Kelompok Eksperimen

NAMA	ADVERSITY QUOTIENT EKSPERIMEN		MOTIVASI BELAJAR EKSPERIMEN	
	PRE TEST	POST TEST	PRE TEST	POST TEST
S1	41	44	76	84
S2	37	51	58	83
S3	44	52	71	76
S4	41	43	81	77
S5	32	45	72	91
S6	42	39	89	85
S7	52	42	68	69
S8	44	54	77	80
S9	40	48	84	83
S10	43	57	66	101
S11	43	47	82	95
Rata-rata	41,73	47,45	74,91	84,00

4. Deskriptif Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test* Kelompok Kontrol

NAMA	ADVERSITY QUOTIENT KONTROL		MOTIVASI BELAJAR KONTROL	
	PRE TEST	POST TEST	PRE TEST	POST TEST
S1	50	44	75	66
S2	48	41	74	82
S3	51	47	66	78
S4	51	44	74	80
S5	47	46	75	81
S6	42	51	85	96
S7	43	50	79	79
S8	33	32	83	78
S9	48	51	78	83
S10	42	41	79	77
Rata-rata	45,50	44,70	76,80	80,00



1. Uji Normalitas Kelompok Eksperimen

a. Data Adversity Quotient

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PRETESTAQ	,231	11	,106	,918	11	,305
POSTTESTAQ	,126	11	,200*	,976	11	,942

a. Lilliefors Significance Correction

*. This is a lower bound of the true significance.

b. Data Motivasi Belajar

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PRETESTMB	,114	11	,200*	,986	11	,990
POSTTESTMB	,183	11	,200*	,972	11	,910

a. Lilliefors Significance Correction

*. This is a lower bound of the true significance.

2. Uji Normalitas Kelompok Kontrol

a. Data Adversity Quotient

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PRETESTAQ	,206	10	,200*	,868	10	,094
POSTTESTAQ	,162	10	,200*	,903	10	,234

a. Lilliefors Significance Correction

*. This is a lower bound of the true significance.

b. Data Motivasi Belajar

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PRETESTMB	,200	10	,200*	,945	10	,614
POSTTESTMB	,241	10	,103	,864	10	,085

a. Lilliefors Significance Correction

*. This is a lower bound of the true significance.

3. Uji Paired Sample T-Test Kelompok Eksperimen

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	pretest_AQE	41,73	11	4,901	1,478
	posttest_AQE	47,45	11	5,538	1,670
Pair 2	pretest_MBE	74,91	11	9,005	2,715
	posttest_MBE	84,00	11	9,033	2,724

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	pretest_AQE & posttest_AQE	11	-,036	,917
Pair 2	pretest_MBE & posttest_MBE	11	,015	,966

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	pretest_AQE - posttest_AQE	-5,727	7,525	2,269	-10,782	-,672	-2,524	10	,030
Pair 2	pretest_MBE - posttest_MBE	-9,091	12,661	3,817	-17,596	-,585	-2,381	10	,039

4. Uji Paired Sample T-Test Kelompok Kontrol

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	pretest_AQK	45,50	10	5,603	1,772
	posttest_AQK	44,70	10	5,813	1,838
Pair 2	pretest_MBK	76,80	10	5,329	1,685
	posttest_MBK	80,00	10	7,333	2,319

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	pretest_AQK & posttest_AQK	10	,513	,129
Pair 2	pretest_MBK & posttest_MBK	10	,435	,209

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	pretest_AQK - posttest_AQK	,800	5,633	1,781	-3,230	4,830	,449	9	,664
Pair 2	pretest_MBK - posttest_MBK	-3,200	6,941	2,195	-8,165	1,765	-1,458	9	,179

5. Uji Independent Sample T-Test Gain Score Motivasi Belajar Kedua Kelompok**Group Statistics**

Kelompok		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Skor prepost	Kelompok Ekperimen	11	84,00	9,033	2,724
	Kelompok Kontrol	10	80,00	7,333	2,319

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Skor prepost	Equal variances assumed	,721	,406	1,107	19	,282	4,000	3,614	-3,565	11,565
	Equal variances not assumed			1,118	18,785	,278	4,000	3,577	-3,493	11,493

6. Uji Reliabilitas Skala *Adversity Quotient*

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	91	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	91	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,790	14

7. Uji Reliabilitas Skala Motivasi Belajar

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	91	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	91	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,774	25



LAMPIRAN 3
(Blue Print Motivasi Belajar dan Adversity Quotient)

1. *Blueprint Skala Adversity Quotient*

No.	Aspek	Indikator	Favorabel	Unfavorabel	jumlah
1.	Kontrol	- Mengendalikan peristiwa yang sulit - Ketenangan menghadapi situasi yang sulit		5,10	2
2.	Asal Usul Masalah	- Mengetahui penyebab dari suatu masalah - Bertanggungjawab atas kesalahan	4	11,12	3
3.	Jangkauan	- Tetap tenang dan konsentrasi dengan aktifitas lain. - Tetap semangat dalam menghadapi banyak masalah	1	3,7,14	4
4.	Daya Tahan	- Tidak mudah putus asa - Kemampuan penyelesaian masalah	2,8,13	6,9	5
Total			5	9	14

2. *Blueprint Skala Motivasi belajar*

No.	Indikator	Deskriptor	Favorabel	Unfavorabel	jumlah
1.	Ketekunan dalam belajar	- kehadiran disekolah - mengikuti pembelajaran di ruangan - belajar di rumah	1, 3 4 6, 8	2 5, 7	8
2.	Ulet dalam menghadapi kesulitan	- sikap terhadap kesulitan - usaha mengatasi kesulitan	9, 13 14	10,11,12,15	7
3.	Minat dan ketajaman perhatian dalam belajar	- kebiasaan dalam mengikuti pelajaran - semangat dalam mengikuti pelajaran	16 19	17,18	4

4.	Berprestasi dalam belajar	- keinginan untuk berprestasi - kualifikasi hasil	20,22,23	21	4
5.	Mandiri dalam belajar	- penyelesaian tugas - menggunakan kesempatan di luar jam pelajaran	24	25	2
Total			14	11	25





LAMPIRAN 4
(Skala Penelitian)

1. Skala *Adversity Quotient*

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	N	TS	STS
1.	Saya adalah orang yang tetap semangat walaupun ada banyak masalah					
2.	Apabila nilai saya jelek saya akan terus belajar lebih giat					
3.	Ketika nilai saya jelek, saya tidak akan belajar lagi					
4.	Saya menyelesaikan tugas tepat waktu					
5.	Ketika pendapat saya diabaikan oleh orang lain saya tidak akan memperbaiki pendapat saya					
6.	Saya tidak mampu menyelesaikan masalah					
7.	Saya ikut menonton teman yang berkelahi pada saat jam pelajaran berlangsung					
8.	Saya ingin sesegara mungkin untuk menyelesaikan masalah					
9.	Ketika nilai ulangan saya jelek saya akan berhenti belajar					
10.	Saya selalu tergesa-gesa dalam menyelesaikan tugas					
11.	Saya adalah orang yang tidak peduli terhadap diri saya sendiri					
12.	Saya tidak menyesal ketika waktu saya terbuang sia-sia					
13.	Saya selalu semangat belajar					
14.	Apabila nilai saya jelek semangat belajar saya menurun					

2. Skala Motivasi Belajar

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	N	TS	STS
1.	Saya berusaha hadir tepat waktu untuk mengikuti pelajaran					
2.	Jika guru telah hadir di ruangan, saya memilih tidak masuk untuk belajar					
3.	Saya berusaha hadir setiap hari untuk belajar					
4.	Siapapun guru yang mengajar, saya tetap mengikuti pelajaran					
5.	Saya belajar di rumah bila ada PR atau ulangan esok hari					
6.	Untuk lebih memahami materi pelajaran, saya menyempatkan diri belajar kembali di rumah					
7.	Jika sudah di rumah, saya memilih untuk tidak mengulang kembali materi pelajaran					
8.	Saya merasa perlu untuk belajar kembali di rumah					
9.	Saya merasa senang untuk memahami kembali soal atau materi yang sulit					
10.	Saya tidak senang dengan pelajaran, jika materi pelajarannya sulit untuk dimengerti					
11.	Saya mudah menyerah ketika mengalami kesulitan dalam belajar					
12.	Saya tidak senang untuk belajar jika menghadapi kesulitan dalam belajar					
13.	Saya senang belajar sampai larut malam untuk menyelesaikan PR					
14.	Saya senang mencari jalan keluar ketika saat menghadapi kesulitan yang ditemukan dalam belajar					
15.	Jika tidak dapat mengatasi kesulitan, saya memilih berhenti berusaha					
16.	Saya memperhatikan pelajaran yang diberikan guru dengan baik					
17.	Saya mengobrol dengan teman ketika guru sedang menjelaskan					
18.	Saya mengerjakan pekerjaan lain ketika guru menerangkan					

19.	Mencapai nilai yang tinggi dalam pelajaran merupakan hal yang utama bagi saya					
20.	Saya merasa puas, bila nilai ujian saya tidak ada yang dikategorikan mengulang					
21.	Saya berusaha menyelesaikan tugas dengan usaha sendiri					
22.	Saya dapat mengerjakan tugas tanpa bantuan orang lain					
23.	Saya mengerjakan tugas sekedarnya yang penting tugas tersebut terselesaikan					
24.	Saya merasa perlu belajar di luar jam pelajaran					
25.	Saya lebih senang mengobrol dikantin jika ada jam pelajaran kosong					

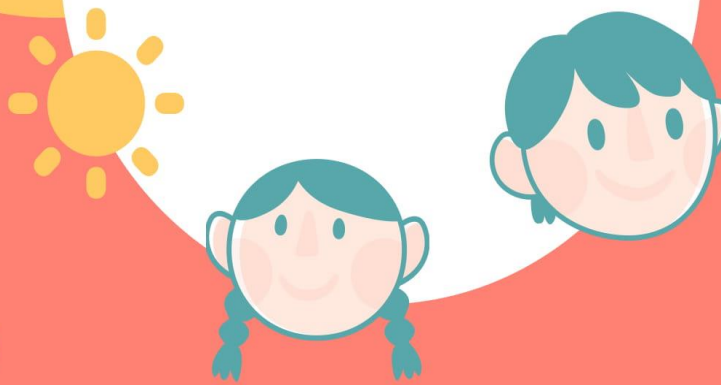






FAKULTAS
PSIKOLOGI

MODUL



Pelatihan *Adversity Quotient* Untuk
Meningkatkan Motivasi Belajar Pada
Siswa Kelas 7 SMP "X" Malang

2

0

2

0

Dosen Pembimbing I :
Dr. Rr Siti Suminarti Fasikhah, M. Si

Dosen Pembimbing II :
Sofa Amalia, S. Psi., M. Si

Nastiti Fatirahma
201610230311060

PENDAHULUAN

Modul ini berisi tentang upaya meningkatkan motivasi belajar pada siswa kelas 7 SMP X Malang dikarenakan siswa kelas 7 SMP X Malang mengalami krisis motivasi belajar, hal tersebut terlihat dengan munculnya perilaku siswa yang sengaja izin keluar kelas dan tidak masuk kelas lagi, dan anak jarang mengerjakan tugas yang diberikan oleh ibu bapak guru. Hal tersebut terlihat dari sikap yang nampak dari siswa di setiap harinya serta dari pernyataan yang diutarakan oleh beberapa siswa saat diwawancara dan pernyataan guru dan kepala sekolah yang merasakan bahwa kelas 9 membutuhkan motivasi belajar.

Dari adanya fenomena atau permasalahan tersebut, hal ini yang mendasari akan dilakukannya suatu kegiatan intervensi. Intervensi ini akan melibatkan siswa itu sendiri dengan diberikannya pelatihan dan pembuatan jurnal. Pemberian pelatihan *adversity quotient* adalah pemberian suatu program pelatihan yang akan memberikan pengetahuan mengenai langkah-langkah untuk membantu siswa dalam menciptakan perbaikan dalam *adversity quotient* serta cara merespon kesulitan yang di hadapi ketika belajar. Menurut Risma (2016) *Adversity quotient* adalah keserdasan seseorang dalam menghadapi situasi-situasi masalah atau kesulitan dalam kehidupannya. *Adversity quotient* berakar pada bagaimana individu merasakan dan menghubungkan tantangan-tantangan. *Adversity quotient* sebagai kecerdasan seseorang dalam menghadapi kesulitan ataupun permasalahan, membantu siswa meningkatkan potensi diri dan menjalani kehidupan yang lebih baik (Natipulu, Nashori, & Kurniawan, 2007). Kecerdasan dalam menghadapi kesulitan memiliki tiga bentuk, yaitu kecerdasan untuk membangun kerangka kerja konseptual yang baru untuk memahami dan meningkatkan semua segi kesuksesan, sebagai suatu ukuran untuk mengetahui respon terhadap kesulitan, dan serangkaian peralatan yang memiliki dasar ilmiah untuk memperbaiki respon terhadap kesulitan. Pelatihan *adversity quotient* yang diberikan ini dapat memberikan beberapa manfaat untuk peserta pelatihan, antara lain siswa menjadi memiliki motivasi belajar yang lebih baik, dengan mengetahui konseptual dalam belajar, siswa memiliki kemampuan dalam mengubah hambatan dan kesulitan yang sedang dihadapi, siswa menjadi lebih optimis, pantang menyerah, memiliki kesadaran dan sungguh-sungguh dalam menjalankan tugas sebagai siswa.

Kemudian, setelah diberikannya materi tentang *adversity quotient* ada juga penulisan *journal of dream* yang akan diberikan kepada siswa. *Journal of dream* ini merupakan kegiatan lanjutan dari diberikannya materi tentang *adversity quotient*, di mana kegiatan ini erat kaitannya dalam menumbuhkan motivasi belajar pada siswa, di mana dilakukannya kegiatan membuat *journal of dream* dapat membangun kerangka kerja konseptual yang baru untuk memahami dan meningkatkan semua segi kesuksesan dalam belajar pada siswa sehingga siswa menjadi lebih tau apa yang ingin dicapai, sebagai suatu ukuran untuk mengetahui respon terhadap kesulitan yang terjadi pada saat menjalani suatu hal dalam belajar, dan serangkaian peralatan yang memiliki dasar ilmiah untuk memperbaiki respon terhadap kesulitan tersebut. *Journal of dream* adalah suatu inovasi yang dibuat oleh penulis dengan menggabungkan antara pemberian materi tentang *adversity quotient* terutama bagaimana membuat siswa menjadi tidak patah semangat dan berkurangnya motivasi belajar karena adanya hambatan/kesulitan yang terjadi sehingga membuat siswa menjadi menurun motivasi belajarnya.

Manfaat dari modul ini selain dapat meningkatkan motivasi belajar pada siswa yang mengalami krisis motivasi belajar. Modul ini pun tidak hanya diterapkan oleh siswa yang

bersangkutan, akan tetapi modul ini juga dapat diberikan kepada siswa-siswa lain sehingga dapat mencegah terjadinya krisis motivasi lagi pada siswa-siswa lainnya.

Tujuan Pelatihan *Adversity Quotient* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar

Secara umum kegiatan pelatihan *adversity quotient* memiliki tujuan untuk meningkatkan motivasi belajar pada siswa dengan rincian sebagai berikut:

1. Menambah pemahaman siswa tentang bermacam-macam masalah yang dialami dan dapat mempengaruhi belajarnya
2. Subjek dapat mengontrol sejauh mana masalah yang sedang dihadapi.
3. Subjek mampu mengetahui asal usul masalah dan mampu menumbuhkan keberanian/kekuatan dalam diri subjek untuk menyelesaikan permasalahan dengan kemampuan yang dimiliki.
4. Subjek mampu memiliki kemampuan untuk membatasi masalah dan menganggap masalah tersebut sebagai tantangan bukan hambatan.
5. Subjek mampu mengetahui kesulitan/hambatan yang dirasakan akan berlangsung berapa lama sehingga mampu bertahan dari kesulitan tersebut.

Dari seluruh tujuan yang paparkan di atas, tujuan dari penelitian ini adalah dapat menumbuhkan kemampuan dalam diri siswa ketika adanya masalah yang dimana masalah tersebut dapat mempengaruhi dorongan belajarnya di sekolah, sehingga membuat subjek memiliki kemampuan untuk dapat membatasi masalah dan mampu menumbuhkan keberanian/kekuatan dalam diri subjek untuk menyelesaikan permasalahan tersebut melalui kemampuan yang dimiliki sehingga masalah yang mempengaruhi belajarnya tersebut dapat teratasi dan tidak lagi mengganggu pelajaran di sekolah.

Sasaran Penelitian *Adversity Quotient*

Sasaran pelatihan ini adalah siswa kelas 7 SMP X di Malang yang memiliki *adversity* dan motivasi belajar di bawah rata-rata.

Monitoring

Monitoring dilakukan persesi dengan menggunakan stiker/*stiky notes* berbentuk *Heart* dan *Broken Heart*, yakni peserta akan diminta untuk memilih stiker mana yang sesuai untuk memberi nilai dari sesi yang diberikan

Waktu dan Tempat

Hari/Tanggal	Waktu dan Durasi	Sesi	Kegiatan dan Tujuan
Kamis, 20 Februari 2020	08.20-10.00 (140')	Pra-penelitian	Memberikan skala <i>adversity quotient</i> dan motivasi belajar kepada siswa kelas 7. Bertujuan Mengetahui keadaan awal sebelum penelitian untuk mengetahui <i>adversity quotient</i> dan motivasi belajar pada siswa.

Sabtu, 7 Maret 2020	09.30-10.10 (40')	Sesi I: Materi <i>adversity quotient</i>	Memberikan pengarahan kepada siswa dalam mengenal macam-macam kesulitan/hambatan dan memahami kemampuan untuk mengatasi kesulitan/hambatan untuk terciptanya perbaikan dalam <i>adversity quotient</i> . Bertujuan untuk mengetahui macam-macam kesulitan dan memahami bagaimana cara dalam menghadapi permasalahan yang sedang dialami.
	10.10-10.40 (30')	Sesi II: <i>Journal of dream</i>	Menjelaskan rincian pembuatan <i>journal of dream</i> dengan menuliskan beberapa hal tentang apa saja keinginan yang ingin di capai, apa saja hambatannya dan bagaimana menanggapi hambatan tersebut. Bertujuan mengetahui apa tujuan yang dimiliki, apa yang harus dilakukan, hambatan apa saja yang terjadi dan bagaimana cara untuk mengatasi hambatan yang sedang dihadapi siswa ketika mewujudkan hal yang ingin dicapai.
	10.40-10.55 (15')	Sesi III: <i>Watching Video</i>	Menonton beberapa video tentang seseorang yang memiliki <i>adversity quotient</i> dan menganalisis video tersebut. Bertujuan untuk mengetahui intisari yang disampaikan di dalam video yang berkaitan dengan <i>adversity quotient</i> yang dimiliki orang lain dan sebagai pengetahuan tentang bagaimana orang lain mampu melewati kesulitan/hambatan dalam hidup.
Sabtu, 14 Maret 2020	10.30-10.50 (20')	Sesi IV: Evaluasi dan <i>Post-Test</i>	Memberikan informasi terkait efektif atau tidaknya kegiatan yang telah dilakukan, dan meminta siswa menceritakan terkait perkembangan motivasi belajar mereka. Serta memberikan <i>post-test</i> pada siswa. Bertujuan untuk memberitahu subjek apa saja yang perlu dilakukan untuk meningkatkan motivasi belajar mereka dan mengingatkan kembali perihal cara apa saja yang harus dilakukan ketika motivasi belajar mulai berkurang sehingga mampu membuat siswa untuk tetap memotivasi diri dalam meningkatkan motivasi belajarnya, dan

			kelebihan serta kekurangan dari pelaksanaan kegiatan tersebut. Serta mengetahui motivasi belajar siswa setelah dilakukannya intervensi.
--	--	--	---



PENJABARAN KEGIATAN PELATIHAN *ADVERSITY QUOTIENT* UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR

1. SESI I

Nama Kegiatan	Pembukaan dan Materi <i>adversity quotient</i>
Waktu	40 menit
Alat dan Bahan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Laptop 2. LCD 3. Proyektor 4. Alat tulis 5. <i>Stiky notes</i>
Prosedur Kegiatan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Trainer membuka sesi dan menjelaskan tujuan kegiatan pada sesi ini bertujuan untuk memberi pemahaman kepada peserta mengenai <i>adversity quotient</i> terhadap motivasi belajar. 2. Trainer menjelaskan materi <i>adversity quotient</i> terhadap motivasi belajar. 3. Disela penjelasan trainer meminta peserta menuliskan hambatan/kesulitan 1 tahun terakhir sebagai diskusi ringan 4. Membuka sesi tanya jawab. 5. Pemberian <i>feedback</i> dan meminta peserta mengambil stiker/<i>Istiky notes</i> dan menempelkan kekarton untuk melihat penilaian peserta selama sesi apakah dia senang, sedih, atau marah. 6. Trainer menutup kegiatan sesi.
Instruksi	<p>Assalamu'alaikum Wr.Wb.</p> <p>Terimakasih adik-adik sudah mau meluangkan waktunya untuk hadir dalam pelatihan ini. Sebelumnya perkenalkan nama saya (Trainer menyebutkan nama...) dari Fakultas Psikologi UMM. Tujuan saya kali ini, saya ingin membantu adik-adik untuk lebih semangat dan termotivasi lagi oleh pelajaran, dalam kegiatan ini saya akan memberikan beberapa informasi kepada adik-adik terkait <i>adversity quotient</i> yaitu bagaimana mengatasi hambatan-hambatan yang terjadi dalam hidup yang membuat motivasi belajar menjadi berkurang.</p> <p>Selanjutnya, saya akan menjelaskan kepada adik-adik terkait informasi seputar <i>adversity quotient</i>. (menjelaskan materi tentang <i>adversity quotient</i>).</p> <p>Baik, setelah itu adik-adik ada yang ingin mencoba menceritakan permasalahan/ hambatan yang pernah adik-adik rasakan 1 tahun terakhir dan bagaimana adik-adik melalui atau menyelesaikan permasalahan tersebut. Waktu kegiatan yang dilakukan sekitar 40 menit.</p>

Tujuan	Peserta memahami tujuan dari kegiatan yang akan dilaksanakan dan untuk memberikan informasi dan pengetahuan peserta tentang macam-macam permasalahan dan bagaimana mengatasinya.
--------	--

2. SESI II

Nama Kegiatan	<i>Journal of Dream</i>
Waktu	30 menit
Alat dan Bahan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kertas <i>journal</i> 2. Alat tulis 3. Spidol 4. <i>Stiky notes</i>
Prosedur Kegiatan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Trainer menjelaskan kepada siswa mengenai <i>journal</i> yang harus di tulis pada selemba kertas. 2. Trainer mengajak siswa untuk dapat mengetahui apa saja hambatan-hambatan yang dirasakan dalam belajar dan bagaimana mereka mengatasi hambatan tersebut. 3. Memberikan selemba kertas <i>journal</i> kosong kepada siswa. 4. Trainer memberi instruksi apa saja yang harus di tulis oleh peserta pada lembar kertas tersebut. 5. Pertama, peserta menuliskan apa tujuan mereka kedepan. Kedua, apa saja yang sudah dilakukan untuk mencapai tujuan tersebut. Ketiga, Hambatan/kesulitan apa saja yang dirasakan selama melakukan hal untuk mencapai tujuan. Keempat, hal apa yang dilakukan untuk mengatasi kesulitan/hambatan tersebut agar tercapainya tujuan. 6. Pemberian <i>feedback</i> dan meminta peserta mengambil stiker/<i>Istiky notes</i> dan menempelkan kekarton untuk melihat penilaian peserta selama sesi apakah dia senang, sedih, atau marah. 7. Trainer menutup kegiatan sesi.
Instruksi	<p>Selanjutnya, disini saya akan memberikan selemba kertas pada setiap adik-adik, setelah semuanya mendapatkan kertasnya, silahkan adik-adik melipat kertas seperti ini (memperagakan melipat) lalu seperti ini (memperagakan melipat yang kedua) jika sudah silahkan adik-adik menulis nama adik-adik di bagian pojok kanan atas. Jika sudah adik-adik bisa membalik kertas tersebut lalu disetiap kotaknya beri angka 1 2 3 4 pada kegiatan kali ini diharapkan agar adik-adik dapat mengetahui apa yang ingin adik-adik capai, apa saja cara-cara yang telah adik-adik lakukan dalam mencapai keinginan adik-adik, setelah itu mengetahui hambatan-hambatan apa saja yang kemungkinan akan terjadi, dan bagaimana cara mengatasi hambatan/kesulitan tersebut.</p>

	<p>Sebelum kegiatan kali ini berakhir apakah ada pertanyaan untuk kegiatan ini bu?</p> <p>Saya minta <i>journal of dream</i> nya di simpan dengan baik, bisa di tempel di tempat di mana adik-adik sering melihatnya biar jika ada hambatan/kesulitan adik-adik bisa mengingat cara-cara melewatinya.</p> <p>Jadi, seperti itu bu kegiatan pada hari ini, saya sangat terimakasih pada Ibu yang sudah meluangkan waktunya untuk saya. Sekian dari saya bu, kurang lebihnya saya mohon maaf. Wassalamu'alaikum Wr.Wb.</p>
Tujuan	Peserta mengetahui apa tujuan yang dimiliki, apa yang harus dilakukan, hambatan apa saja yang terjadi dan bagaimana cara untuk mengatasi hambatan yang sedang dihadapi siswa ketika mewujudkan hal yang ingin dicapai.

3. SESI III

Nama Kegiatan	<i>Watching Video</i>
Waktu	15 menit
Alat dan Bahan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Laptop 2. LCD 3. Proyektor 4. <i>Stiky notes</i>
Prosedur Kegiatan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta akan menonton video terkait <i>adversity quotient</i> atau kemampuan seseorang melewati kesulitan yang dialami. 2. Trainer dan volutir diharapkan untuk mengobservasi peserta selama menonton video. 3. Setelah selesai menonton, trainer membagikan stiky notes kepada peserta. 4. Peserta diminta untuk menuliskan apa saja kesulitan/habatan yang terpapar dalam video dalam waktu 5 menit 5. Setelah itu, peserta diminta untuk menuliskan bagaimana cara seseorang di dalam video menyelesaikan atau melalui kesulitan/hambatan yang dialami. 6. Trainer memberikan <i>feedback</i> diakhir kegiatan untuk mengulas kembali materi yang terpapar dalam video 7. Peserta mengambil stiker/stiky notes dan menempelkan kekarton untuk melihat penilaian peserta selama sesi apakah dia senang, sedih, atau marah.
Instruksi	<p>Baik adik-adik jadi seperti itu informasi yang dapat saya sampaikan seputar <i>adversity quotient</i>, selain informasi tersebut, kegiatan apa lagi yang akan kita lakukan? kegiatan selanjutnya ialah <i>watching video</i>, ada yang tau ga itu artinya apa? Benar semua yang adik-adik katakan bahwa sekarang kita menonton video.. Jadi</p>

	<p>video yang kita tonton hari ini berkaitan dengan yang sebelumnya sudah kita bahas yaitu <i>adversity quotient</i> bagaimana cara orang bangkit dari hambatan-hambatan atau kesulitan yang menghalangi cita-citanya.</p> <p>Selama menonton adik-adik silahkan perhatikan dengan baik poin penting apa yang perlu adik-adik ambil dari video tersebut yaa..</p> <p>Nah gimana tadi videonya? Seru ga? Sekarang kakak minta adik-adik untuk menuliskan kesulitan atau hambatan apa saja yang terjadi di dalam video tersebut dan menuliskan bagaimana cara orang di dalam video dapat bangkit dari kesulitan atau hambatan yang sedang ia alami. Silahkan adik-adik menuliskan di <i>stiky notes</i> yang sudah di bagikan. Saya beri waktu 5 menit ya..</p> <p>Sudah semua? oke baik selanjutnya, saya minta <i>stiky notes</i> di simpan dengan baik, bisa di tempel di tempat di mana adik-adik sering melihatnya biar jika ada hambatan/kesulitan adik-adik bisa mengingat cara-cara melewatinya.</p>
Tujuan	Peserta dapat mengetahui intisari yang disampaikan di dalam video yang berkaitan dengan <i>adversity quotient</i> yang dimiliki orang lain dan sebagai pengetahuan tentang bagaimana orang lain mampu melewati kesulitan/hambatan dalam hidup.

4. SESI IV

Nama Kegiatan	Evaluasi dan <i>Post-Test</i>
Waktu	20 menit
Alat dan Bahan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Lembar <i>post-test</i> 2. Alat tulis
Prosedur Kegiatan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengucapkan salam penutup kegiatan intervensi 2. Memberikan <i>feedback</i> dari kegiatan intervensi 3. Membagikan lembar <i>post-test</i> 4. Memandu pengisian lembar <i>post-test</i> 5. Mengumpulkan lembar <i>post-test</i> 6. Penyampaian kesan dari peserta 7. Salam penutup
Instruksi	<p>Assalamu'alaikum Wr.Wb</p> <p>Terimakasih adik-adik sudah memperkenalkan saya untuk memberikan pelatihan tentang <i>adversity quotient</i>. Sebelumnya perkenalkan nama. Waktu kegiatan yang dilakukan ini sekitar 15-20 menit. Tujuan saya kali ini, ingin mengetahui perkembangan adik-adik dengan motivasi dalam belajarnya, apakah sudah mulai mengetahui arah tujuannya apa saja dan bagaimana melewati hambatan atau kesulitan yang datang? tidak boleh langsung</p>

	<p>menyerah yaa, ingat kan kemarin bagaimana alur biar motivasi adik-adik tetap stabil.</p> <p>(siswa diminta untuk menceritakan kondisi setelah dilakukannya intervensi)</p> <p>Oke baik. Sebelumnya saya akan memberikan lembar soal untuk adik-adik saya meminta tolong kepada adik-adik untuk bisa mengisi lembar tersebut. Jadi, seperti itu kegiatan pada hari ini, saya sangat terimakasih pada adik-adik yang sudah meluangkan waktunya untuk saya. Sekian dari saya, kurang lebihnya mohon maaf.</p> <p>Wassalamu'alaikum Wr.Wb.</p>
Tujuan	<p>Mengevaluasi peserta tentang apa saja yang perlu dilakukan untuk meningkatkan motivasi belajar mereka dan mengingatkan kembali perihal cara apa saja yang harus dilakukan ketika motivasi belajar mulai berkurang karena adanya kesulitan/hambatan yang terjadi dalam belajar sehingga mampu membuat peserta mampu mencari jalan keluar dalam menyelesaikan kesulitan tersebut, dan kelebihan serta kekurangan dari pelaksanaan kegiatan tersebut. Serta mengetahui motivasi belajar siswa setelah dilakukannya intervensi.</p>

Journal Of Dream

Nama :
Kelas :

3. Hambatan apa saja yang terjadi dalam mencapainya?

2. Bagaimana cara agar keinginan kamu tersebut tercapai?

Aku harus

Hambatan ku

4. Bagaimana cara kamu melalui / menghadapi hambatan tersebut?

1. Apa keinginan yang ingin kamu capai?

Start

finish

Lembar Monitoring



Daftar Pustaka

- Napitupulu, L., Nashori, H.F., & Kurniawan, I. N. (2007). Pelatihan Adversity Intelligence untuk Meningkatkan Kebermaknaan Hidup Remaja Panti Asuhan. *Jurnal Psikologika*, 12 (2), 43-56.
- Risma, D. (2016). Pemetaan *Adversity Quotient* Mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau. *Educhild: Jurnal Pendidikan Sosial dan Budaya*, 5(2), 81-88.





LEMBAR EVALUASI BELAJAR

Nama :
 Kelas :
 Usia :
 Jenis Kelamin :

1. Pelatihan ini bermanfaat bagi saya dalam meningkatkan motivasi belajar saya di sekolah

IYA

TIDAK

Jika IYA alasannya apa :

.....

Jika TIDAK alasannya apa :

.....

2. Dalam menghadapi masalah atau kesulitan yang berkaitan dengan motivasi belajar, saya mempunyai beberapa alternatif dalam menyelesaikan masalah, yaitu:

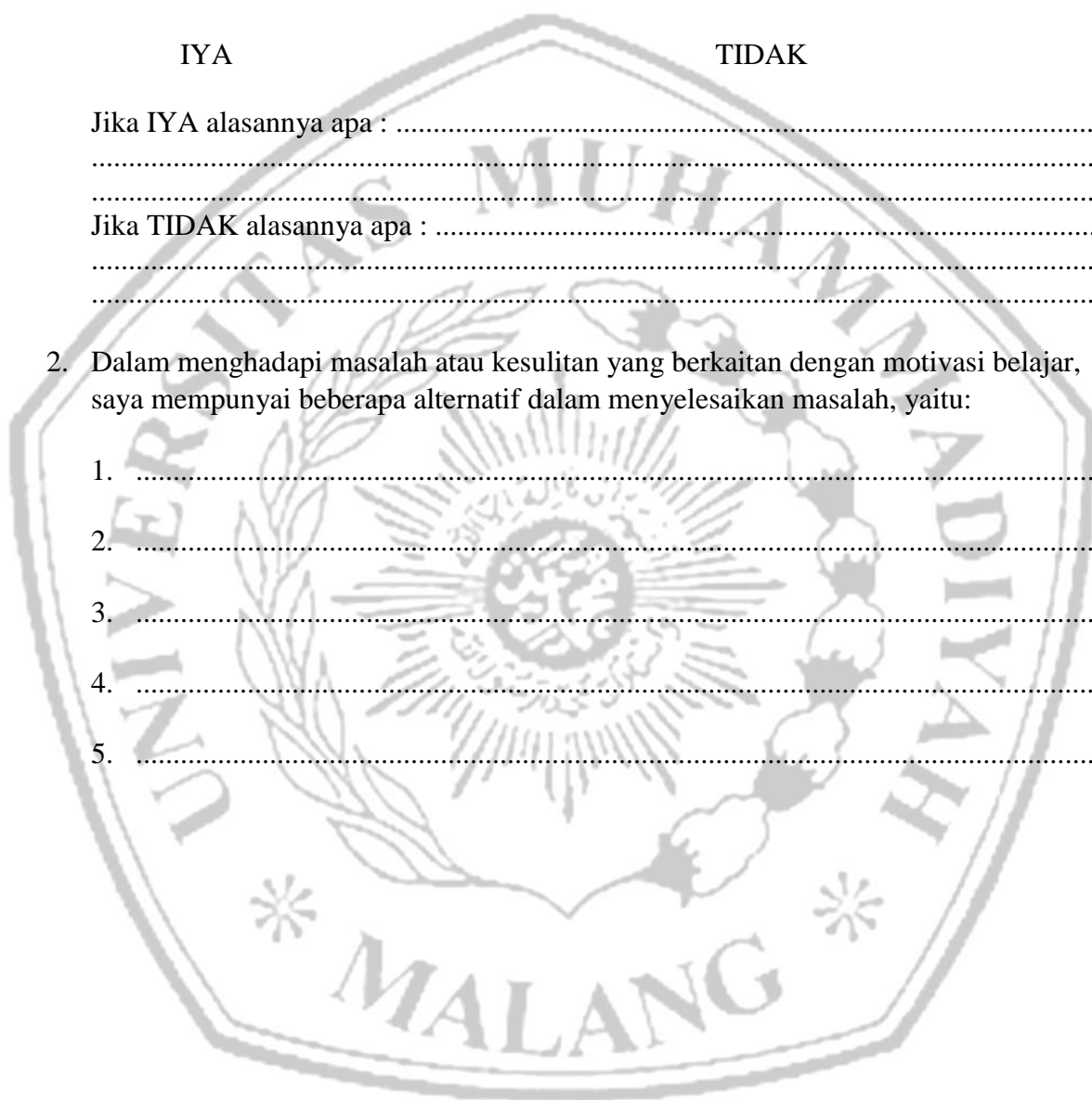
1.

2.

3.

4.

5.





LAMPIRAN 7
(Lembar Evaluasi Pelatihan)

LEMBAR EVALUASI PELATIHAN

Nama Lengkap :

Kelas :

Usia :

Jenis Kelamin :

Lingkarilah pilihan 1/2/3 yang menurut Anda sesuai.

Pelaksanaan Pelatihan	Nilai	Ket	Standarisasi
Tema Pelatihan	1	Buruk	Tidak menarik
	2	Sedang	Cukup menarik
	3	Baik	Sangat menarik
Ketepatan Waktu	1	Buruk	Tidak tepat waktu
	2	Sedang	Tepat waktu
	3	Baik	Sangat tepat waktu
Suasana	1	Buruk	Kurang kondusif dan tidak menyenangkan
	2	Sedang	Kondusif
	3	Baik	Sangat kondusif dan menyenangkan
Kelengkapan Materi	1	Buruk	Materi yang disampaikan oleh trainer tidak lengkap, tidak disertai contoh dan tidak menarik
	2	Sedang	Materi yang disampaikan oleh trainer lengkap, sesekali disertai contoh dan cukup menarik
	3	Baik	Materi yang disampaikan oleh trainer sangat lengkap, selalu disertai contoh dan sangat menarik
Sikap Penyelenggara	1	Buruk	Trainer tidak bersikap baik dan menggunakan bahasa kurang sopan kepada peserta
	2	Sedang	Trainer bersikap baik kepada peserta
	3	Baik	Trainer selalu bersikap baik dan sopan saat berkomunikasi serta menggunakan bahasa yang santun kepada peserta

Kritik dan Saran :



LAMPIRAN 8
(Uji Verifikasi Data dan Plagiasi)



LABORATORIUM FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
Jl. Raya Tlogomas No. 246 Malang 65144 Telp. 0341-464318

SURAT KETERANGAN

No: E.6.a/88/Lab-Psi/UMM/III/2020

Assalamu'alaikum; Wr. Wb.

Yang bertanda tangan dibawah ini Tim Divisi Psikometri Laboratorium Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, menerangkan dengan sesungguhnya bahwa mahasiswa tersebut dibawah ini:

Nama : Nastiti Fatirahma
NIM : 201610230311060
Dosen Pembimbing : 1) Dr. Siti Suminarti Fasikhah, M.Si
2) Sofa Amalia, M.Si

Yang bersangkutan telah melakukan :

1. Verifikasi Analisa Data.
Dengan hasil: Lulus/Perbaikan

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.
Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Malang, 21 Maret 2020
Petugas Cek

Navy Tri Indah Sari



LABORATORIUM FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
 Jl. Raya Tlogomas No. 246 Malang 65144 Telp. 0341-464318

SURAT KETERANGAN

No: E.6.a/100/Lab-Psi/UMM/III/2020

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Yang bertanda tangan dibawah ini Tim Divisi Psikometri Laboratorium Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, menerangkan dengan sesungguhnya bahwa mahasiswa tersebut dibawah ini:

Nama : Nastiti Fatirahma
 NIM : 201610230311060
 Dosen Pembimbing : 1) Dr. Siti Suminarti Fasikhah, M.Si
 2) Sofa Amalia, M.Si

Yang bersangkutan telah melakukan :

1. Cek Plagiasi.

Hasil: Lulus/Perbaikan

Dengan keterangan sebagai berikut:

No	Judul Skripsi	Batas Maksimal	Hasil
1	Pelatihan Adversity Quotient untuk Meningkatkan Motivasi Belajar pada Siswa Kelas 7 di SMP X Malang	25%	9%

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.
Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Malang, 30 Maret 2020
 Petugas Cek


 Navy Tri Indah Sari